Kinanti Linda R

BACA BUKU INI SAAT ENGKAU GAGAL

Sesungguhnya Berpura_pura Sukses itu Melelahkan

Kinanti Linda R

BACA BUKU INI SAAT ENGKAU GAGAL

Sesungguhnya Berpura-pura Sukses itu Melelahkan

BACA BUKU INI SAAT ENGKAU GAGAL

Sesungguhnya berpura-pura sukses itu melelahkan

KATA PENGANTAR

Hallo semua, teman-teman di sana…

Apa kabar? Semoga semua dalam keadaan bahagia dan sedang menuju sukses pastinya ya… kali ini aku hanya ingin berbagi sebuah pandangan dan cerita untuk kalian tentang bagaimana jika kalian mengalami kegagalan. Karena aku dulu juga sering mengalami kegagalan, bahkan hingga saat ini aku juga terkadang masih sering gagal. Sampai akhirnya aku menulis buku ini, supaya kalian bisa lebih semangat dan sukses lagi nantinya, amin…

Tetapi sebelumnya, aku ingin terus berterima kasih kepada mantan kekasih aku yang sekarang sudah menjadi suamiku, Wahyu Hermawan. Walau bagaimanapun, sungguh aku sangat berterima kasih kepada dia karenanya aku bisa menyelesaikan buku ini, dengan berbagai aktivitasku. Akan tetapi berkat kesabaran dan motivasinya supaya aku bisa menjadi berhasil dan sukses menyelesaikan buku ini.

Akupun tidak ingin menjadi gagal karena perasaan malas dan lelahku. Untuk itu aku sangat bersemangat untuk menjadikan ini hal kesuksesanku kembali. Dan semoga dengan buku ini harapanku agar buku ini juga bisa menjadi salah satu penyemangat bagi kalian yang tidak ingin gagal.

DAFTAR ISI

SAHABAT KEGAGALAN

Kalau kita mendengar kata sahabat, hal pertama yang terlintas adalah sosok orang yang paling dekat dengan kita. Oleh karena itu, tahukan kalian siapakah sahabat dari kegagalan? Dia adalah kesuksesan. Bagaimana bisa? Karena bila kalian tidak siap dengan sebuah kegagalan, maka jangan pernah bermimpi untuk meraih kesuksesan. Dengan kata lain, di mana kita merasa gagal, maka sudah pasti kita bisa menjadi sukses.

Kegagalan adalah sebuah kesuksesan yang tertunda, kalimat itu sering muncul ketika kita sedang berusaha menumbuhkan semangat dari dalam diri untuk terus bangkit dan berjuang dari sebuah kegagalan dan meraih kesuksesan. Oleh karena itu, kita pun harus yakin bahwa kesuksesan yang tertunda merupakan suatu hal yang nantinya pasti akan terwujud. Meyakinkan diri sendiri itulah yang sebenarnya cukup culit untuk kita lakukan, terlebih jika kalian adalah salah satu orang yang mudah putus asa. Karena apabila diri sendiri mampu mengendalikan perasaan putus asa dan tidak berlarut-larut dalam kegagalan, maka Anda pasti akan mampu meraih kesuksesan itu kapan pun Anda menginginkannya.

Dalam sebuah ketidakberhasilan, tidak bisa kita sama artikan dengan kegagalan karena ketika kita mengerjakan sesuatu dan tidak berhasil, kita hanya belum bisa mencapainya. Jangan biarkan pikiran negatif Anda memengaruhi Anda untuk menyerah. Justru malah sebaliknya, kita harus kembali membangkitkan semangat kita dan lebih percaya diri dari sebelumnya. Yakinkan diri kita

bahwa ketidakberhasilan kita saat ini tidak ada pengaruhnya bagi kesuksesan kita yang akan datang, kecuali apabila kita masih memiliki pikiran negatif tadi dan kehilangan semangat untuk mencapai kesuksesan. Sungguh sangat disayangkan apabila kalian masih memiliki pikiran seperti itu.

KESUKSESAN TIDAK AKAN DAPAT DIRAIH TANPA MELALUI SEBUAH PROSES, YANG TENTUNYA MEMAKAN WAKTU. Biasanya waktu yang diperlukan pun tidak sebentar. Untuk itu ketika sebuah kegagalan itu menghampiri Anda, jangan mudah putus asa. Tetaplah berpikir positif dan yakin dengan apa yang kita cita-citakan. Karena bagaimana pun juga waktu dan proses adalah bagian terpenting bagi kita untuk meraih kesuksesan.

Melalui proses dan waktu, kita juga akan belajar tentang sabar, ikhlas, semangat dan berpikir positif. Proses inilah yang nantinya akan terbayar dengan kesuksesan yang tak ternilai harganya. Istilahnya, bayaran dari sikap positif Anda akan menghasilkan sesuatu yang tidak akan ternilai harganya. Dan Anda akan menikmati kesuksesan Anda itu dengan perasaan bangga tersendiri.

Kegagalan bukan berarti tidak mampu. Kegagalan merupakan salah satu cara Tuhan agar kita terus berusaha memperbaiki diri. Karena dengan kita terus memperbaiki diri dan meningkatkan semangat untuk sebuah kesuksesan, maka pencapaianlah yang menjadi dampak dari kegagalan kita. Melakukan proses perbaikan

diri merupakan satu hal yang paling penting dalam kegagalan. Karena dengan melalui proses tersebut, perbaikan diri akan mengajarkan kita untuk berjuang. Perlu dipahami, sebuah proses memperbaiki dan terus bersabar akan membantu kita meraih kesuksesan dan meninggalkan kegagalan.

Ketika kegagalan menghampiri kita terus menerus, namun kita mampu bersikap positif dalam menyikapinya, kita tidak akan mudah menjustifikasi sebuah kegagalan dengan satu pikiran saja. Sebaliknya, kita akan melihat dari berbagai sisi dan berusaha memperbaikinya. **DENGAN BEGITU, KITA TIDAK AKAN TERBURU-BURU MENGAMBIL KEPUTUSAN DAN MENUTUP SETIAP KEMUNGKINAN YANG TERJADI.**

Sulit memang untuk bersikap positif ketika kita mengalami kegagalan. Namun, akan lebih sulit lagi ketika Anda hanya berdiam dan berusaha menghindarinya. Karena hal itu akan terus menghantui kehidupan Anda dan membuat Anda menyesalinya.

Kalau kita sering membaca tentang cerita kesuksesan berbagai tokoh dunia, seperti Bill Gates, JK Rowling, Albert Einstein dan masih banyak lagi, kita tentu tahu bahwa mereka meraih kesuksesan diawali dengan banyak kegagalan. Akan tetapi kegagalan demi kegagalan yang mereka alami, tidak membuat mereka putus asa dan menyerah, justru sebaliknya. Mereka terus mencari cara dan berusaha memperbaiki kesalahan penyebab kegagalan mereka.

KESUKSESAN MEREKA TIDAK DIPEROLEH DENGAN INSTAN DAN MUDAH,

BUTUH PERJUANGAN DAN SEMANGAT YANG TINGGI

UNTUK BISA MENJADI MEREKA YANG SEKARANG.

Kita ambil kisah dari seorang Walt Disney. Siapa yang mengira pria asal Amerika Serikat pendiri Walt Disney Company itu dulunya hanya seorang jurnalis yang selalu mendapat kritikan-kritikan pahit mengenai hasil karyanya. Karyanya dibilang tidak imajinatiflah, tidak kreatiflah, sehingga membuat dia dikeluarkan dari perusahaannya terdahulu.

Walt Disney menerima berbagai macam penolakan dari banyak perusahaan yang dia datangi. Tak hanya itu, penolakan juga ia terima dari dinas ketentaraan. Ia pun terpaksa harus tidur di pinggir jalan hanya beralaskan koran. Sungguh malang nasibnya dulu. Saat kondisi keuangannya makin menipis, Walt mengasah keterampilannya menggambar dan mencoba memasukkannya ke sebuah perusahaan kecil di kota.

Tidak disangka-sangka, perusahaan kecil tersebut sangat antusias terhadap hasil gambar Walt Disney. Hasil gambarnya bahkan dihargai tinggi melebihi ekspektasi Walt sendiri. Sungguh kebahagiaan yang tidak ternilai harganya bagi Walt Disney kala itu.

Kemudian perusahaan itu, memfilmkan cerita dari gambar kartun Walt. Sungguh diluar prediksi, kesuksesan film kartun yang diproduksi sangat menakjubkan. Banyak sekali yang menyukai film kartun tersebut. Antusias terhadap film tersebut sangat luar biasa. Mulailah dari kesuksesan tersebut akhirnya Walt membangun sebuah perusahaan perfilman kartun. Hingga sampai saat ini company yang didirikan oleh Walt Disney itu merupakan sebuah

perusahaan yang paling berpengaruh terhadap kemajuan perfilman kartun di dunia.

***

Tidak menutup kemungkinan seorang yang awalnya hidup serba kekurangan pun, bisa menjadi seseorang yang sukses. Karena perlu kita renungkan kesuksesan merupakan hasil dari sebuah kegagalan dalam hidup. Maka dari itu, jangan buat hidup Anda menjadi sia-sia karena terlalu banyak membuang waktu Anda untuk menunggu dan berdiam diri saja. Hidup seperti roda, terus berjalan dan ada saatnya dia berada di atas dan ada saatnya berada di bawah. Hasilnya pun tidak akan menghianati, karena akan menemukan tujuan yang kita inginkan.

KETIKA GAGAL MENJADIKAN DIRI ANDA PUTUS ASA, KECEWA DAN MENYERAH, HAL ITU HANYA AKAN MEMBUAT HIDUP ANDA SEMAKIN TERPURUK DAN TIDAK ADA KEMAJUAN.

Hanya akan menimbulkan berbagai pikiran-pikiran negatif yang akan membuat hidup Anda juga semakin kacau. Dan

sebelum itu terjadi maka segeralah kumpulkan semangat Anda kembali untuk memperbaiki keadaan. Jadikan kegagalan itu sebagai sahabat Anda untuk mengubah kehidupan Anda menjadi lebih baik lagi.

Hidup kita sebenarnya hanya selalu ada dua pilihan saja, misalkan hitam atau putih, cewek atau cowok, maju atau mundur, gagal atau sukses. Simpan pikiran-pikiran negatif kita supaya terhindar dari hal negatif. Karena bagaimana pun kita hidup juga hanya menginginkan sebuah keberhasilan. Yang nantinya membuat kehidupan kita bahagia dan sukses. Untuk itu, sebuah kebahagiaan dan kesuksesan itu bisa kita awali dari pikiran-pikiran positif kita. Karena ketika kita berpikir positif dengan apa yang menjadi tujuan hidup kita, kita juga akan menjadi fokus terhadap apa yang menjadi tujuan kita.

SEBUAH KESUKSESAN AKAN MENJADI SEBUAH CERITA PERJALANAN HIDUP YANG MENARIK KARENA SEBUAH KEGAGALAN. Maka jangan sampai kegagalan itu menjadikan kita pribadi yang tertinggal, karena kita tidak segera bangkit dan memperbaiki kegagalan tersebut. Bagaimana pun kita harus menjadikan kegagalan itu sebagai suatu hal yang berharga dalam hidup supaya mental dan hati kita kuat dalam menjalani rintangan-rintangan masalah yang akan datang di kemudian hari. Meskipun cara kita dalam memperbaiki kegagalan berbeda dengan banyak orang, tapi tidak selamanya kita akan menjadi salah dan gagal dalam usaha kita tersebut.

Seperti cerita berikut.

Dalam sebuah kehidupan menjadi seorang yang berbeda itu tidaklah mudah. Hal itu dikarenakan kebanyakan dari kita masyarakat Indonesia hanya mengikuti prinsip tidak ingin ketinggalan dari yang lain, maka mereka cenderung untuk meniru orang lain. Sehingga mengakibatkan sebuah perkumpulan yang sama dalam suatu hal tertentu. Sedangkan ketika kita melakukan suatu hal yang berbeda dari yang lain tersebut, kita hanya menjadi sebuah tontonan banyak orang yang merasa kita aneh.

Meskipun sebenarnya kita memiliki tujuan yang sama. Menjadi seseorang yang sukses. Kemudian dari banyaknya perkumpulan dan sedikitnya orang aneh akan terbentuk sebuah piramida, yang tergambar selalu di bagian bawah dan puncak dari sebuah piramida adalah sedikit dari orang yang melihatnya aneh tersebut.

Dari situlah ubah cara berpikir Anda menjadi seorang yang berbeda itu tidak selamanya salah. Karena tergantung bagaimana kita menjadi seorang yang berbeda dan kemudian bisa membuktikan

kesuksesan yang berbeda dari banyak orang. Karena bagaimana pun yang bisa menjamin kesuksesan hidup kita adalah diri kita sendiri, bukan orang lain.

Biarkan orang lain, pada awalnya melihat kita menjadi aneh dan berbeda. Toh, juga nantinya kita menjadi seorang yang berbeda dalam sebuah kesuksesan yang tidak bisa diperoleh oleh orang-orang yang hanya bisa mengikuti orang lain. Maka dari itu, kita harus menjadi orang yang kuat mental, dan berkomitmen pada diri sendiri untuk menjadi seorang yang sukses karena perbedaan yang kita pilih.

“Sukses adalah kepastian. Masalahnya adalah terletak berapa lama kita akan menjadi sukses.

Ketika kita tidak terus berusaha mempertahankan sendiri kesuksesan itu maka kita pun akan menjadi seorang yang gagal. Untuk itu tugas kita tidak hanya berdiam diri saja, tetapi kita harus *action*.

Banyak orang yang ingin sukses tapi dia tidak mau *action*. Banyak orang yang ingin sukses tetapi dia hanya menunggu. Banyak orang yang sukses dia hanya berangan-angan saja. Ketika kita hanya seperti itu maka kita tidak akan sukses. Karena sukses bisa kita raih dengan *action*.

Ketika *action* itu gagal, dan Anda menyerah itulah definisi dari kegagalan itu sendiri. Akan tetapi ketika *action* Anda gagal dan Anda tetap terus berusaha, maka itulah kesuksesan sebenarnya yang terjadi dalam hidup Anda. Tinggal bagaimana Anda mempertahankan posisi tersebut untuk terus berusaha *action*.

Ketika Anda mampu mengendalikan emosi Anda untuk tidak mengikuti orang maka Anda kan menjadi pribadi yang berbeda, dan akan menjadi sebuah kemungkinan yang besar untuk Anda menjadi seorang yang sukses. Yang kita butuhkan adalah untuk terus bergerak dan terus menggali sebuah wawan dan Menetahuan untuk terus maju. Tidak akan menjadi sebuah yang sia-sia ketika memang Anda terus berusaha untuk selalu *action*, memperlihatkan hasil kerja cerdas Anda dalam meraih sesuatu dalam hidup.

ACTION

SEBELUM ANDA DIMAKAN OLEH
WAKTU.

Karena semua orang juga akan menjadi tua, dan semua orang memiliki batas waktunya masing-masing, dan kita sebagai manusia tidak ada yang pernah tahu sampai kapan. Untuk itu jangan biarkan waktu kita dalam hidup sia-siakan hanya dengan diam dan menunggu. Jangan pernah takut dengan risiko apa pun.

Untuk menjadi sukses ambillah sebuah risiko. Karena untuk mencapai sukses tersebut, akan selalu ada satu atau banyak hal yang harus Anda lalukan. Hal itulah yang kemudian risikonya yang harus berhasil Anda hadapi. Besar atau kecil tergantung hal apa yang Anda lakukan. Semakin besar risiko yang Anda ambil, maka peluang kesuksesan yang Anda dapat nantinya juga akan berpeluang besar juga. Begitu juga ketika Anda hanya setengah-setengah dari pilihan Anda mengambil risiko, maka setengah-setengah juga Anda dalam mendapatkan kesuksesan.

Akan tetapi ketika Anda menunggu sebuah kesuksesan, maka Anda juga akan semakin kesulitan untuk meraih kesuksesan itu sendiri. Karena segala sesuatu juga membutuhkan sebuah proses, maka nikmatilah proses itu sendiri. Terkadang sukses juga perlu kita kejar, dan tidak perlu ditunggu. Meskipun tidak harus dengan cara cepat, maupun jangan terlalu lamban juga, yang terpenting adalah terus bergerak.

Persiapkan diri sebaik mungkin dalam menghadapi segala bentuk risiko yang akan terjadi. Ciptakan *mood* dalam keseharian untuk menjadi selalu dalam keadaan yang baik dan tidak ada

beban dalam hidup. Apabila beban itu terlalu dirasa maka akan menghambat segala aktivitas dalam kehidupan Anda, yang kemudian juga akan menghambat Anda untuk terus bergerak maju ke depan.

SOLUSI YANG TERBAIK ADALAH JANGAN MUDAH TERPENGARUH TERHADAP BEBAN YANG SEDANG BERSARANG PADA PIKIRAN ANDA, UBAHLAH BEBAN ITU MENJADI SEBUAH MOTIVASI UNTUK SEGERA MENYELESAIKAN BEBAN TERSEBUT.

Dan dari hal tersebut juga akan menjadi sebuah kesuksesan Anda dalam menyelesaikan sebuah beban dalam hidup Anda. Jangan biarkan diri kita terlarut dalam beban itu sendiri dan malah menjadikan kita terpuruk. Karena hal itu juga hanya akan membuat hidup kita semakin jauh dengan kesuksesan.

Dalam kehidupan ini harus terangkai dengan sebuah situasi terpuruk dan bangkit, menang dan kalah, sedih dan bahagia, gagal dan sukses. Jika tidak ada salah satu dari kedua hal itu maka hidup kita pun akan terasa hambar dan tidak akan banyak pelajaran juga yang akan kita dapat. Untuk itulah kita harus bersahabat dengan keduanya. Kita juga tidak boleh menyalahkan kegagalan dalam hidup kita, atau selalu menginginkan kesuksesan dalam hidup kita.

Hal itu dikarenakan kehidupan ini memang harus seimbang. Tidak akan menjadi indah apabila hidup kita jika hanya salah satu dari kedua hal itu. Akan selalu ada pelajaran dalam hidup juga dari kedua hal itu. Perlu diingat ketika kita sedang dalam keadaan terpuruk, gagal, kalah, sedih, kita akan mempelajari beberapa hal dari hal itu. Misalkan kita harus tetap bersemangat untuk terus mencari solusi untuk tidak terus berada pada situasi tersebut. Begitu juga sebaliknya, apabila kita sedang berada pada siatusi menang, bahagia, bangkit, sukses, maka dari hal tersebut juga kita harus mencari cara bagaimana untuk mempertahankan hal tersebut.

Ya begitulah hidup.

Semua butuh pergerakan, atau *action*.

Kita tidak akan mendapatkan sebuah pelajaran dalam hidup jika kita hanya diam dan tidak ada pergerakan dalam kehidupan.

Berikut sebuah kisah yang bisa kita contoh dalam kehidupan kita ketika sedang dalam keadaan terpuruk untuk kembali bangkit dalam mencapai sebuah kesuksesan.

"Ketika Willy masih berusia tujuh tahu, ia mengalami cedera otak setelah sepeda yang dikendarainya menabrak sebuah pohon besar di dekat rumahnya. Akibatnya Willy terpental jatuh dengan kepala terlebih dahulu disertai dengan tertimpa sepeda yang ia naiki. Kejadian tersebut membuat tulang tengkorak Willy retak tujuh bagian. Mengetahui hal tersebut, orangtua Willy langsung membawanya ke rumah sakit terdekat untuk menolong nyawanya. Willy telah menjalani beberapa operasi di bagian otaknya. Willy telah menjalani beberapa kali operasi di bagian otaknya. Namun, ia masih merasa sakit dan sering mengalami kejang. Ia juga harus menjalani operasi gagal ginjal bahkan jantungnya berhenti selama 15 menit. Saat itu Willy dinyatakan telah meninggal dunia. Kemudian Willy menunjukan tanda-tanda kehidupan walaupun tidak sepenuhnya ia sadar dan harus dibantu degan alat-alat media yang menempel di tubuhnya. Dokter yang memeriksa Willy mengatakan kepada orangtua Willy bahwa anaknya tidak akan bisa normal kembali.

Dokter menyarankan agar organ-organ tubuh Willy disumbangkan kepada orang lain yang membutuhkan transplantasi organ. Orangtua Willy pun sudah pasrah menerima kenyataan pahit yang harus diterima oleh anaknya. Mereka menyetujui ide sang dokter bahwa anggota tubuh Willy akan disumbangkan untuk orang lain, serta menjadi Willy tetap hidup agar organ tubuhnya tetap dalam kondisi baik untuk disumbangkan. Orangtua Willly juga sudah menandatangani persetujuan penyumbangan organ anaknya tersebut. Namun, sebelum alat bantu dicabut, mukjizat terjadi. Keesokan harinya dokter mengatakan uji gelombang otak yang terakhir untuk menentukan waktu kematiannya. Namun, organ vitalnya menunjukan kemajuan yang baik sehingga para dokter membatalkan uji tersebut.

Willy kini menjalani proses pemulihan secara perlahan-lahan. Bahkan ia mampu membaca dan menulis kembali. Ketika tidak sadar, Willy mengira dirinya telah berada di surga. Ia merasa sedang berada di sebuah lorong dan berjalan lurus. Hal yang menimpa Willy tersebut merupakan sebuah mukjizat. Ketika dokter mengatakan bahwa Willy tidak bisa diselamatkan lagi, Tuhan berperan dan menghidupkan Willy kembali. Kuasa Tuhan nyata dalam kehidupan Willy. Bahkan ketika hal yang mustahil bagi manusia,

tetapi tak ada yang mustahil bagi Tuhan. Setelah kejadian yang hampir merenggut nyawanya itu, Willy kini lebih berhati-hati ketika hendak naik sepeda. Peristiwa itu membuat dirinya trauma.

Semakin hari Willy semakin dewasa, dua belas tahun setelah kejadian itu, Willy mengalami berbagai ujian dalam hidupnya. Setelah lulus dari SMA, Willy mendapakan pekerjaan di salah satu perusahaan yang besar, jabatannya pun juga cukup baik. Willy tidak pernah bersyukur atas semua yang Tuhan berikan kepada dirinya. Jabatan dan yang yang telah Tuhan sediakan bagi Willy merupakan jalan kehancuran bagi dirinya. Ia melupakan Tuhan dan akhirnya semuanya hancur karena ulahnya sendiri. Uangnya habis untuk berfoya-foya, pekerjaannya juga tidak dapat diselesaikan dengan baik, sehingga ia dipecat dari kantornya. Ia kemudian bekerja sebagai tukang bangunan dan tidur di pinggir jalan karena sudah tidak memiliki tempat tinggal lagi. Kedua orangtuanya sudah lama meninggal, rumah warisan orangtuanya sudah dijual untuk melunasi utang-utangnya.

Mukjizat terjadi pada saat Willy ingin pergi ke tempat ibadah, tetapi tidak ada angkutan umum yang melintas saat itu karena hari sudah malam. Ia bertekad untuk tetap pergi ke tempat ibadah karena

ingin bersyukur atas kejadian yang telah ia alami. Sebelunnya ia mengalami kecelakaan kerja, saat itu ia tersengat listrik namun ia selamat dari kejadian tersebut. Setelah menunggu cukup lama, angkutan umum yang ia harapkan tak kunjung datang juga. Kemudian Willy mulai berjalan menyusuri jalanan yang sepi malam itu sambil sesekali menoleh ke belakang berharap ada mobil yang mau ditumpangi. Hampir setengah jam ia berjalan dan tak ada tanda-tanda ada mobil yang lewat di jalanan itu. Ia berdoa dalam hati supaya niat baiknya untuk pergi ke tempat ibadah dapat terlaksana. Beberapa saat kemudian Tuhan megabulkan doanya. Ada sebuah mobil polisi yang sedang berpatroli melewati jalan itu. Dengan adanya mobil patroli polisi itu Willy bisa sampai ke tempat ibadah. Sesampainya di tempat ibadah, Willy berdoa dan mengucap syukur. Jangan pernah menyalahkan dan mengeluh kepada Tuhan karena Tuhan tidak pernah salah dalam rancangan-Nya. Saat kita percaya pada Tuhan, maka tak ada satu pun masalah yang tidak dalam diselesaikan."

***

Setelah kalian benar-benar pahami kisah tersebut, bahwa tidak akan selamanya keterpurukan terjadi dalam kehidupan kita dan begitu juga sebaliknya kesuksesan tidak akan selamanya kita pegang. Untuk itu kita harus bisa menyeimbangkan kehidupan kita. Dan tidak pernah melupakan bahwa segala sesuatu yang terjadi dalam kehidupan kita, harus selalu disyukuri dalam bentuk apa pun. Karena apa pun itu, sagala bentuk apa pun itu, bisa dalam sekejap dan seketika diambil kembali oleh sang Maha Penguasa alam semesta.

DAN PERLU KITA INGAT, BENTUK KESEDIHAN, KEGAGALAN, KETERPURUKAN DALAM HIDUP JUGA PERLU KITA SYUKURI. BEGITU JUGA SEBALIKNYA KEBAHAGIAAN, KESUKSESAN, KEBANGKITAN KITA DARI PERASAAN SEBELUMNYA JUGA PERLU KITA SYUKURI.

DI SAAT ANDA BERADA DI SITUASI SULIT SELALU INGATLAH:

Segalanya bisa (dan pasti akan) berubah

Anda sudah berhasil melalui kesulitan-kesulitan sebelumnya

Kesulitan seringkali adalah kesempatan belajar

Selalu ada kebaikan dan hikmah dibalik segala hal

Masalah bukanlah alasan untuk menjadi tidak bahagia

Jangan terlalu keras pada diri Anda sendiri

Tidak perlu terlalu memikirkan kata orang (karena mereka hanya tahu dari apa yang mereka lihat)

Kesulitan bukan selalu kemunduran atau kegagalan, seringkali kesulitan adalah batu loncatan.

KAU HEBAT

kau hebat masih berjuang untuk tidak menyerah

Kau hebat masih cukup hati untuk menerima

Kau hebat masih bersedia setia walau hati penuh luka

Tak apa

Kau layak melakukan apa yang kau
impikan dan harapkan

Dunia Anda adalah tentang Anda,
biarlah orang berkata

Tapi kau harus tahu, kau sudah
melakukan hal yang luar biasa

Kau sudah berjuang untuk tidak
menyerah

#25

HIDUP

Keseimbangan hidup merupakan suatu hal yang harus kita lakukan. Dalam artian, ketika kita sedang berada dalam suasana kecewa karena gagal, atau sakit hati karena kekalahan, maka kita juga harus bisa seimbangkan suasana hati kita supaya tidak terlalu terhanyut dalam suasana itu. Hal itu dikarenakan, akan banyak sekali dampak yang akan terjadi ketika kita tidak bisa menyeimbangkan perasaan itu.

Oleh karena itu berikan waktu sejenak hati Anda untuk bisa mengembalikan energi positif Anda kembali. Misalnya saja dengan membawa Anda jalan-jalan, shopping, atau melakukan segala aktivitas yang termasuk dalam hobi Anda. Hal itu akan menjadi suatu hal yang sangat penting dalam perkembangan mental dan pikiran Anda. Supaya ketika nanti Anda kembali memperbaiki kegagalan dan rasa sakit hati kembali menjadi suatu hal yang biasa dalam sebuah proses kehidupan.

SEBENARNYA KETIKA KITA BERADA DALAM TAHAP KEHIDUPAN KEGAGALAN, SEBENARNYA KITA JUGA SEDANG BELAJAR MELATIH MENTAL KITA UNTUK BISA MELEWATI KESULITAN-KESULITAN HIDUP YANG AKAN DATANG. Untuk itu, ambil segala hikmah dari sebuah kegagalan dan sakit hati yang kita rasakan. Karena kembali lagi ke dalam diri kita, ketika kita memang menginginkan sesuatu yang baik dan menghasilkan sesuatu yang besar, maka pengorbanan yang kita berikanpun harus bisa seimbangkan dengan apa yang kita inginkan.

Segala bentuk kegagalan dan perasaan sakit hati, patut kita terima, akan tetapi jangan dijadikan sebuah patokan dalam hidup, bahwa kita akan terus mengalami hal itu terus menerus. Justru malah sebaliknya, roda kehidupan tidak akan pernah berhenti ketika kita memang terus menjalankan roda itu. Dan roda itu bisa terus maju dan bergerak karena kita juga tidak hanya berdiam diri saja. Kita harus mampu seimbangkan roda itu untuk bisa mencapai tujuan yang kita inginkan.

***

Hallo kalian. .

Aku mau sedikit cerita tentang diriku yang pernah gagal dalam kehidupan mendapatkan pekerjaan, menikah, dan memilih teman. Bahkan aku juga pernah merasakan dianak tirikan oleh orangtuaku sendiri, padahal aku anak satu-satunya dari orangtua kandungku.

Kalau aku pikirkan dan mengingat akan hal itu semua, sungguh ternyata aku menjadi seseorang yang kuat. Dan melihat kehidupanku sekarang sungguh aku sangat bersyukur. aku sudah mendapatkan pekerjaan, sudah mendapatkan pasangan yang luar biasa, mendapatkan teman-teman yang positif dan sudah lebih baik hubungannya dengan orangtuaku.

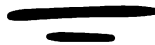
Akan tetapi di sini sekarang aku hanya ingin sedikit berbagi tentang bagaimana aku bisa seperti sekarang ini. Bisa menjalani kehidupanku yang kalau aku bilang bisa lebih baik daripada orang lain. Hal itu karena, ketika aku bekerja, bertemu dengan teman, dan berkumpul dengan keluarga, efek yang aku ciptakan bisa membuat mereka bahagia. Bisa berbagi segala kebaikan dan berbagai hal positif yang lain, yang sekiranya bisa menjadikan mereka merasa lebih nyaman dan bahagia ketika bersamaku. Dampak dari hal itu, ketika aku membutuhkan merekapun, mereka selalu bisa membantu. Hubungan menjadi lebih harmonis, dan bisa selalu membuat hati kita tenang.

Aku menjadi tidak takut untuk berkreasi, tidak takut meraih cita-cita, bahkan aku menjadi tidak takut dengan ocehan dari orang lain, yang sekiranya aku sudah terlatih untuk selalu menjadi baik ketika menjalin hubungan dengan orang lain. *Toh* juga kita tidak akan menjadi seorang yang penakut jika kita tidak salah. Karena sebuah mental keberanian untuk mampu membangkitkan diri kita dalam siklus rasa bersalah dan minder itu tidak mudah, ketika kita memang tidak melatih diri kita untuk selalu mencoba berani.

***

Kalau ada pertanyaan tentang, apakah lingkungan memengaruhi kesuksesan dalam hidup kita?

Jawabannya adalah,

Kok bisa?

Bergaulah dengan mereka yang bisa memberikan Anda solusi ketika Anda dalam masalah, bergaulah dengan mereka yang bisa selalu mengingatkan Anda tentang apa pun, bergaulah dengan orang yang bisa memotivasi Anda dalam kehidupan.

KARENA MEMANG SATU HAL PENTING YANG SANGAT BERPENGARUH DALAM KESUKSESAN HIDUP ADALAH

KITA HARUS PINTAR MEMILIH TEMAN,

SUPAYA KITA PUN TIDAK TERJERUMUS KEPADA SEGALA PERILAKU DAN PIKIRAN YANG NEGATIF.

Ketika kita bisa memilih teman, kalian pun tidak perlu pikirkan yang lain, tidak perlu takut tidak memiliki teman nantinya, ketika kita memang bisa memilih teman, memang harus memilih teman yang selalu berpikir positif dan pengaruh positif itu tadi. Dan bagi orang yang memiliki pemikiran positif ini, dia tidak akan merasa bahwa teman itu hanya datang saat perlu saja, atau kita menjadi terlihat sombong atau curiga-curiga negatif lainnya. Biarkan saja, karena tugas kita hanya fokus dengan tujuan dalam hidup dan bahagia menjalaninya.

Memilih teman, bukan maksud sombong atau maksud yang negatif lain, memilih teman juga dengan maksud bisa membantu kita dalam memperbaiki diri. Bukan menjadikan kita semakin nakal atau lupa diri. Jangan sampai kita salah bergaul dan terjerumus ke dalam lingkungan pertemanan yang tidak baik.

Kalian juga harus mampu berkata “tidak” kepada siapa pun yang hendak mengajak kalian ke dalam keadaan yang memang menurut kalian tidak baik. Kota wajib memilah-milah orang yang setidaknya membuat kita terus fokus dan berbuat baik.

***

SUKSES DAN GAGAL

Kegagalan adalah sebuah kesuksesan yang tertunda. Kalimat tersebut sering sekalidigunakan untuk membangkitkan semangat seseorang yang sedang berusaha mencapai sebuah kesuksesan. Sebuah proses yang harus kita lalui untuk mencapai apa yang kita inginkan yang terkadang di dalam proses itu kita berada dalam perasaan bimbang dan mengganggu. Terkadang kita merasa putus asa, malas, atau kecewa karena kegagalan yang kita alami itu. Maka dari itu, kalimat itu diharapkan bisa membangkitkan semangat lagi dalam proses penyelesaian tugas atau proses untuk mendapatkan kesuksesan. Jangan biarkan perasaan putus asa, malas, dan kecewa menghalangi kita dalam proses mencapai kesuksesan.

Kegagalan juga sebenarnya merupakan salah satu cara supaya kita bisa memperbaiki diri dan akan membuat kita mencapai suatu

hasil yang lebih baik lagi. Maka jangan jadikan sebuah kegagalan itu sebagai tombak yang akan menghancurkan kita. Tapi buatlah sebaliknya, bangkitkan semangat kita untuk menghancurkan kegagalan tersebut. **Biasakan renungkan terlebih dahulu kenapa kita bisa gagal, supaya membantu kita untuk bisa berpikir tenang. Hilangkan kebiasaan menyelesaikan sesuatu dengan cara emosi.**

Buatlah kegagalan menjadi suatu permulaan yang baik, karena dengan kegagalan kita juga akan menjadi pribadi dengan mental yang matang dalam menghadapi situasi buruk nantinya. Bagaimana pun, dengan kegagalan maka sebuah kesuksesan akan menjadi sempurna. Dan ketika kesuksesan sudah didapatkan dengan hasil perjuangan karena sebuah kegagalan, dalam hati kita akan merasakan bangga, dan akan menjaga sekali atas apa yang sudah kita capai. Jangan sia-siakan kegagalan dengan menjadikan kita putus asa atau menyerah, tapi segera bangkitlah dan kemudian lakukan perbaikan segera kegagalan Anda itu.

Bayang-bayang yang terlintas pertama kali ketika ingin mendapatkan sesuatu tentunya adalah sebuah usaha. Karena usaha merupakan proses dalam kehidupan yang bisa menentukan sukses atau gagalkah kita. Jika dalam proses tersebut kita mengalami kegagalan lalu menyerah, maka bisa dipastikan kita tidak akan sukses. Sebaliknya, jika dalam proses mengalami kegagalan tersebut kita tetap berusaha memperbaiki diri dan terus berjuang, makabisa dipastikan kita akan sukses.

UNTUK MERAIH KESUKSESAN SENDIRI TIDAKLAH MUDAH. APALAGI KETIKA KALIAN SUDAH MERASA LELAH DAN MEMUTUSKAN MENYERAH, MAKA KALIAN TIDAK AKAN MEMPEROLEH SESUATU YANG BISA DIBANGGAKAN.

Ketika rasa lelah dan ingin menyerah tiba-tiba muncul, ingatlah tujuan awal kalian memulainya. Karena itu salah satu cara juga untuk membangkitkan semangat dalam mencapai kesuksesan juga. Untuk itu, jangan biarkan kegagalan Anda menghalangi kesuksesan Anda. Karena sebuah kegagalan tidak akan pernah memengaruhi kesuksesan di masa depan, kecuali jika kalian menyerah di tengah jalan.

Terdapat 3 (tiga) kunci berani sukses :

1. Berani menentukan target (seperti apa)
2. Berani mulai melangkah (bagaimana)
3. Berani mewujudkan sampai sukses. (kiat-kiatnya seperti apa)

Berikut penjelesannya:

1. Berani menentukan target

Maksudnya adalah apakah yang sedang Anda inginkan dalam hidup Anda? Pastikan target yang Anda inginkan adalah sesuatu yang bisa membantu Anda dikehidupan Anda kelak. Persiapkan hati untuk menerima, sebuah kegagalan dan kesuksesan. Jangan sampai, ketika Anda gagal, kemudian gampang Anda menyerah, dan ketika Anda sukses tiba-tiba Anda lupa dengan sebuah rasa syukur. Cobalah inginkan target juga yang nantinya bisa membantu banyak orang, sehingga dalam kesuksesan Anda juga akan bisa sekaligus membantu orang lain. Akan tetapi ketika gagal jangan juga membawa orang lain merasakan kegagalan juga, tapi persiapkan diri untuk menjadi panutan orang lain dalam menindaklajuti sebuah kegagalan tersebut

2. Berani mulai melangkah

Ketika Anda hanya memiliki target akan tetapi Anda hanya berdiam diri saja, target Anda itu tidak akan Anda dapatkan. Segeralah jemput target Anda dengan semangat membara Anda. Jangan biarkan kesuksesan Anda menunggu terlalu lama sehingga Anda hanya membuang waktu. Lihatlah keluar, sudah banyak sekali orang yang sudah memetik kesuksesan

karena mereka sudah berani melangkah keluar dari zona nyaman mereka. Jangan takut Anda akan kehilangan zona nyaman Anda, justru ketika Anda mampu keluar dari zona itu, maka Anda akan tahu zona nyaman lain yang bisa dipastikan bisa memberi Anda kenyamanan melebihi kenyamanan Anda sebelumnya.

3. Berani mewujudkan sampai sukses.

Sudah bisa dipastikan ketika Anda sudah berani melangkah meskipun meninggalkan zona nyaman Anda tadi, saatnya Anda mewujudkan impian dalam hidup Anda yaitu sukses. Perasaan puas dan bisa dipastikan perasaan bangga dan banyak hal positif yang akan Anda rasakan setelahnya. Bahkan rasa nyaman Anda dizona itu tidak seberapa dari hasil kerja keras Anda melawan rasa sayangnya kepada zona nyaman Anda sebelumnya.

Dan tidak ada kata menyesal ketika nanti Anda sukses. Apalagi ketika Anda masih mampu dan bisa. Jangan berikan alasan apa pun ketika memang Anda tidak ingin gagal dan ingin sukses. Pasti akan selalu ada balasan tersendiri yang diberikan Tuhan dengan setimpal, sesuai dengan perjuangan kita.

JATUH CINTA DAN PATAH HATI

Apasih kaitannya kehidupan ini dengan perasaan jatuh cinta dan patah hati?. Justru hal yang pertama perlu diingat untuk menjadi sukses adalah lakukan segala sesuatu dari hati. Artinya ketika kita melakukan aktivitas, kegiatan atau pun ketika kita memiliki tujuan tertentu dalam melakukan sesuatu alangkah baiknya kita melakukan dengan niat yang baik dan tidak memaksa.

Seperti halnya pada saat kita menyukai seseorang, ada beberapa hal yang perlu kita pikirkan juga. Supaya kitapun mempersiapkan hati kita agar menerima apa pun yang terjadi kelak. Kitapun harus pintar menjaga hati kita supaya tidak terlalu mencintai seseorang, dan jangan terlalu sakit hati karena seseorang. Jagalah hati kita supaya tidak memberikan hati terlalu berlebihan. Karena efek dari hal yang terlalu berlebihanpun tidak akan menghasilkan sesuatu yang baik juga.

Jatuh cinta dan patah hati akan menjadi salah satu faktor kegagalan dan kesuksesan seseorang. Kenapa? Kita perhatikan dampak dari seseorang yang misalkan sedang jatuh cinta. Dampak dari jatuh cinta terkadang jika orang tersebut sudah mencintai appun yang dikerjakan maka akan menjadi sebuah semangat tersendiri buat orang tersebut. Karena orang tersebut akan mengerjakan apa pun dengan *mood* yang senang dan bahagia dalam melakukannya. Begitu juga sebaliknya, jika orang tersebut sedang patah hati karena sebuah kegagalan yang dia rasakan, terkadang membuat rusak *mood*nya dalam mengerjakan apa pun. Orang tersebut harus memperbaiki *mood*nya terlebih dahulu, dan itupun memerlukan waktu pastinya.

Akan tetapi tidak semua orang juga begitu, karena terkadang orang yang sangat mencintai apa pun itu, mereka juga ada yang cenderung hanya ingin memerhatikan saja tanpa melakukan apa pununtuk bisa membuat lebih baik lagi. Karena dia merasa sudah sangat cukup dalam keadaan tersebut. Padahal terkadang dalam rasa cintanya itu, belum tentu juga menjadi suatu hal yang sempurna. Maka dari itu, jangan jadikan alasan menerima apa adanya saat itu, sudah cukup. Akan tetapi ketika memang rasa cinta itu ada, selain dengan lebih menjaga, berusahalah untuk lebih mengubahnya menjadi suatu hal yang lebih baik lagi.

Sebaliknya jika sudah merasakan patah hati, dan menjadikan hati Anda kecewa, jangan merasa bahwa Anda sudah benar-benar menjadi orang gagal. Akan tetapi ubahlah segera cara berpikir

Anda sampai Anda lupa dengan bagaimana rasa patah hati Anda tidak lagi Anda rasakan. Cobalah lebih berhati-hati dalam melakukan apa pun. Buatlah diri Anda menjadi seseorang yang bisa merasakan kenyamanan sehingga mampu memberikan kenyamanan juga terhadap lingkungan Anda. Dengan begitu, Anda akan segera lepas dan lupa dengan hal yang berkaitan dengan patah hati.

Apa kaitannya kehidupan yang kita jalani dengan perasaan jatuh cinta dan patah hati? Justru hal pertama yang perlu diingat untuk menjadi sukses adalah melakukan segala sesuatunya dari hati. Artinya, ketika kita melakukan kegiatan apa pun itu kita memiliki niat dan tujuan. Nah, dalam melakukan sesuatu itu alangkah baiknya jika kita niatkan dengan hal baik dan positif.

Sama halnya ketika kita menyukai seseorang, ada beberapa hal yang perlu kita pikirkan. Supaya nantinya kita dapat mempersiapkan diri menerima apa pun yang terjadi.

Hal paling sensitif adalah ketika menyangkut perasaan, karena perasaan memberi pengaruh besar pada kita untuk melakukan sesuatu. Jangan biarkan hati kita terlalu larut dalam sebuah perasaan yang mendalam, entah itu ketika jatuh cinta atupun patah hati. Karena sesuatu yang berlebihan akan memberi pengaruh buruk dalam kehidupan kita. **Janganlah memulai sesuatu yang tidak ingin kita selesaikan dan jangan menghentikan sesuatu sebelum kita selesaikan.**

Karena ketika kita sudah memulai sesuatu itu menggunakan dengan hati, maka hal yang kita kerjakan itu sebenarnya akan menghasilkan antara bahagia dan kecewa. Untuk itu jangan terlalu berharap yang berlebih. Fokuslah dengan apa yang sudah atau tidak kita lakukan. Karena usaha kita tidak akan menghianati sebuah kerja keras dan niatan kita untuk menjadi seorang yang sukses nantinya. Yang kemudian akan menghasilkan perasaan bahgia dan bangga terhadap suatu hasil yang sudah kita mulai sebelumnya.

Jika merasa tidak bahagia dengan dunia yang kita jalani dan ingin mengubahnya, tempat untuk memulainya adalah diri kita sendiri. Maka mulailah dengan mencintai diri sendiri dan berusaha melakukan yang terbaik dari hati. Jangan biarkan diri kita tersakiti atau merasa kecewa. Karena salah satu hal yang dapat membuat kita gagal adalah rasa kecewa.

Kesuksesan sebenarnya merupakan berkah dari hasil kerja kerasnya kita mengalahkan kegagalan dalam hidup.

Terlebih lagi, dengan kita mampu melawan diri kita sendiri dari perasaan-perasaan yang negatif.

Karena ketika kita tidak pernah mampu mengalahkam diri kita sendiri, maka kitapun akan menjadi seseorang yang kalah dan gagal dalam hidup.

Porsikan hati dan perasaan Anda yang pas ketika sedang merasaan jatuh cinta maupun patah hati. Karena bagaimana pun kita harus bisa memanage perasaan kita, supaya tidak berlebihan dalam merasakannya. Salah satu cara untuk sedikit mengurangi perasaan itu adalah dengan menyibukan diri kita untuk melakukan hal lain yang positif, misalnya jalan-jalan, membaca buku, memasak, olahraga, atau banyak lain yang bisa menjadikan diri Anda lebih bersemangat lagi.

Supaya perasaan kita tetap stabil, dan dapat kembali fokus ke hal yang susdah menjadi tujuan utama kita dalam mencapai kesuksesan. Pilihlah seseorang yang dekat dengan kita membuat diri kita menjadi lebih termotivasiatau semangat dalam melakukan hal apa pun. Maka dari itu, jangan terlalu terburu-buru meyakini orang sebagai sosok yang bisa membantu kita. **TAPI PILIHLAH SESEORANG YANG BISA SATU VISI DAN MISI DALAM KEHIDUPAN.**

Tapi perlu dipahami, semuanya itu memang tidak gampang JIKA dalam diri Anda masih saja menyimpan rasa kecewa, tidak ikhlas, dan tidak ingin bangkit. Kembalikan semua ke dalam diri Anda sendiri. Karena orang lain tidak akan bisa membantu Anda, jika memang diri Anda sendiripun tidak membuka hati untuk mencoba move on.

PRIA DAN WANITA

Manusia dalam menjalani kehidupannya memiliki caranya masing-masing. Tidak bisa kita memaksakan orang lain untuk berubah dan segera *move-on* dari perasaan yang mengganggu hatinya baik itu pada seorang wanita maupun pria. Meskipun wanita lebih menggunakan perasaannya daripada pria, bukan berarti pria tidak memiliki perasaan. Pria yang lebih mengedepankan logika sekalipun juga akan merasakan sakitnya patah hati, hanya saja tidak memperlihatkannya seperti wanita.

Wanita dan pria merupakan makhluk Tuhan yang diciptakan untuk saling melengkapi. Wanita yang lebih mengedepankan perasaan dan pria yang lebih mengedepankan logika. Namun, kehidupan tidak akan bisa berjalan dengan baikketika hanya mengandalkan logika. Begitu juga sebaliknya, tidak baik juga ketika hanya mengandalkan perasaan dalam menghadapi

masalah. Jangan biarkan logika memadamkan hati Anda, jugajangan sampai perasaan membutakan pikiran Anda. Berikan keseimbangan dalam hidup untuk saling melengkapi.

Dengan begitu, kegagalan akan tersingkirkan ketika logika dan perasaan menyatu dalam sebuah komunikasi yang baik. Bukan dengan sikap egois, emosi, atau ratapan keluh kesah karena gagal. Hilangkan perasaan negatif itu, dan lanjutkan dengan logika sukses Anda untuk bangkit kembali hingga kesuksesan dapat Anda raih. Kecuali jika Anda ingin gagal, maka menyerahlah.

Sering kali, cara seseorang untuk bisa bangkit dari perasaan negatif memang seringnya berbeda. Baik itu wanita maupun pria. Karena baik wanita maupun pria juga memiliki cara berpikir yang berbeda pula. Wanita cenderung dengan hati, dan pria cenderung dengan logika. Nah bagaimana caranya, mari kita simak lagi penjelasan berikut.

Seorang wanita, yang cenderung memikirkan masalah atau sebuah kegaulau dengan perasaan yang terkadang terlalu mendalam. Yang sering mengakibatkan diri kita juga tidak bersemangat untuk beranjak dari kasur misalnya. Karena pada dasarnya wanita memang mencari sebuah kenyamanan untuk bisa membuat hatinya kembali merasa normal. Nah, bagaimana caranya??

Jika kalian menemui wanita yang sedang berada dalam keadaan galau, cobalah hibur dia dengan mengajaknya

berbicara, misalkan dengan menanyakan keadaannya. Kemudian cobalah hibur dengan mengajaknya beranjak, dan mengajaknya menonton, atau misal dengan membuatkan suatu makanan. Selain itu juga bisa dengan membelikan sesuatu yang tidak harus mahal, tetapi sekiranya bisa membuat hatinya sedikit berubah.

Apabila, wanitanya tidak suka dengan hal-hal yang seperti itu. Anda bisa lakukan dengan berada disampingnya saja. Ajak bicara, atau temani dia dalam dia. Biarkan dia menangis, atau biarkan dia berbicara sepuas hatinya. Jangan memaksakan seseorang untuk melakukan sesuatu atau memaksakan untuk mendengarkan apa pun dari sudut pandang Anda, karena biasanya itu tidak cukup membantu juga. Berilah sesuatu yang memang bisa membuat dia menjadi lebih merasa baik. Darimana kita bisa tahu, bahwa keadaan hatinya sudah merasa baik. Bisa kita lihat dengan cara pandangnya, bahasa tubuhnya, atau dengan sikapnya dia terhadap kita.

Bila terjadi pada pria yang sedang galau, biasanya sih cenderung dengan menghabiskan waktu dengan teman-temannya. Nah, tinggal bagaimana ketika menghabiskan waktu saat sendiri. Pria cenderung gengsi untuk cerita dengan orang lain, selain itu juga pria cenderung gengsi ketika harus melakukan hal misalkan dengan membaca buku atau hal lainnya. Padahal kembali lagi, siapa yang bisa menyangka ketika Anda mampu membaca buku, yang memang sesuai dengan karakter dan pilihan bacaan Anda, hal itu akan menjadikan hidup Anda lebih bermakna lagi.

Dibandingkan dengan pria-pria yang sebenarnya sedang galau, dia melakukan hal yang negatif, misalkan habiskan waktu dengan meminum minuman keras, atau dengan bergonta-ganti wanita misalnya. Sungguh jangan lakukan itu. Selain malah berdampak negatif bagi tubuh Anda, hal itu juga tidak akan menjadikan hidup Anda lebih berarti.

UBAHLAH KEBIASAAN BURUK ITU DENGAN HAL POSITIF.

Misalkan yaitu tadi, membaca buku, mendengarkan musik, atau mencari hobi lain yang sesuai dengan karakter Anda. Jangan pikirkan omongan orang lain tentang hal apa yang Anda lakukan, toh juga sebuah hal positif. Yang bisa jadi tidak bisa dilakukan orang lain. Dan ingatlah, teori yang sebelumnya aku jelaskan. Bahwa menjadi aneh atau berbeda itu tidak akan menjadikan Anda terpuruk, buktikanlah Anda menjadi berbeda dan menjadikan Anda seorang yang sukses. Sukses move on, dari hal yang mengganggu perasaan Anda.

Move On

Bukan saja perkara tentang mencari sosok orang yan baru,

Bukan pula tentang pergi ke tempat yang baru

Move on yang benar itu adalah " belajar"

Mengubah sudut pandang tentang hal-hal,

Berhasil mengubah hal-hal negative yang terakhir kita dapat menajdi sebuah kekuatan

Berhasil mengambil hikmah menjadi pembelajaran dan pegangan ke depannya hingga kemudian menempatkan kita dalam keadaan yang lebih baik dengan kepribadian yang juga lebih baik

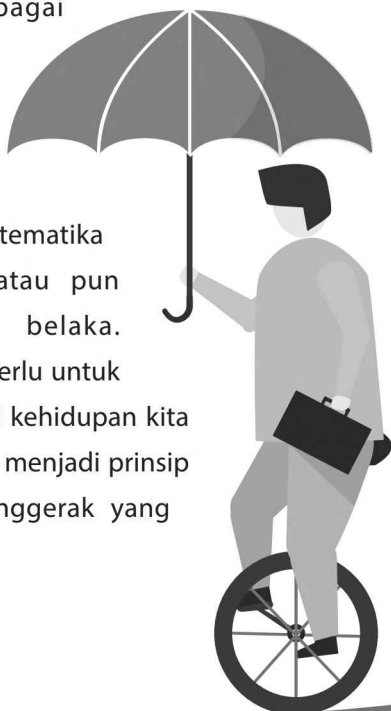
***

Setiap orang selalu teraspirasi pada kesempurnaan. Mereka menghargai karya yang sempurna, dan tergerak hatinya oleh kesempurnaan yang tampak di dalam keindahan, di manapun ia berada, mulai dari karya seni, atau sekadar tanaman yang berwarna-warni nan menggoda hati.

BERBICARA SOAL KEHIDUPAN, ORANG JUGA SELALU MENCARI KESEMPURNAAN. DAN BERBICARA TENTANG KESEMPURNAAN, ADA SATU IDE TERSELIP DI DALAMNYA, YAKNI KESEIMBANGAN.

Yang sempurna itu seimbang. Ia seimbang dalam kesederhanaannya, sekaligus kerumitannya. Ia sempurna dalam kelembutan, sekaligus kekuatannya. Kesempurnaan hidup manusia pun identik dengan keseimbangannya untuk mengatur berbagai ekstrem, tanpa pernah jatuh ke salah satunya. Kesempurnaan puas untuk ada dalam tegangan, dan justru merayakan tegangan ketidakpastian di antara berbagai pilihan hidup yang senantiasa menuntut kepastian.

Namun, keseimbangan hidup bukanlah keseimbangan matematis. Ia bukanlah suatu titik yang diam, seperti angka yang tak bernyawa, melainkan suatu gerak yang terus berubah, menari di dalam beragam ekstrem-ekstrem pilihan kehidupan. Keseimbangan di dalam hidup adalah keseimbangan yang terus berubah, mengikuti alur kehidupan yang juga senantiasa berubah. Ia mengalir gemulai di antara kepastian dan ketidakpastian, tanpa kehilangan sumbunya yang membuat ia teguh, sekaligus lentur.

Saya menyebutnya sebagai keseimbangan yang hidup, yang jelas berbeda dengan keseimbangan tak bernyawa yang dengan mudah ditemukan di dalam rumus matematika dalam bentuk ekuilibrium, atau pun hitung-hitungan ekonomi belaka. Keseimbangan yang hidup ini perlu untuk menyerap ke dalam sendi-sendi kehidupan kita sebagai manusia. Ia perlu untuk menjadi prinsip yang mengikat, sekaligus penggerak yang mengubah.

PENDIDIKAN DAN POLITIK

Pendidikan adalah suatu ruang yang juga harus dipenuhi oleh keseimbangan yang hidup. Pendidikan harus menjadi proses yang sekaligus mencerahkan dan menyenangkan dalam waktu yang sama. Ia tidak boleh membunuh roh, apalagi menciptakan tekanan batin. Ia merupakan keseimbangan yang hidup antara aturan yang menekankan displin diri di satu sisi, sekaligus proses yang melegakan hati, mencerahkan jiwa, dan membahagiakan di sisi lain.

Politik, sebagai tata kelola manusia-manusia, pun juga harus diresapi oleh keseimbangan yang hidup. Ia merupakan tegangan sekaligus kombinasi dari aturan yang menjamin stabilitas hidup bersama di satu sisi, dan kebebasan yang mendorong kreativitas serta kebahagiaan hati di sisi lain. Kegagalan meresapi keseimbangan yang hidup semacam ini akan membuat politik menjadi neraka kehidupan, yang diisi oleh para petarung kekuasaan yang rakus, serta penjilat yang tak punya nurani.

EKONOMI DAN BISNIS

Ekonomi sebagai transaksi antar manusia yang melibatkan jumlah besar pun juga harus bergerak dengan pola keseimbangan yang hidup. Bahkan, sejatinya, ekonomi adalah pola interaksi antar manusia dalam jumlah besar yang selalu terarah untuk mencari keseimbangan. Beberapa orang berpendapat, bahwa ekonomi haruslah dibiarkan bebas, supaya bisa mencari keseimbangannya sendiri, dan, dengan itu, memberikan kemakmuran untuk semua.

Namun, prinsip kebebasan mutlak di dalam ekonomi semacam ini tidak sesuai dengan prinsip keseimbangan yang hidup, karena jatuh pada salah satu ekstrem di dalam perdebatan, yakni ekstrem pasar bebas. Maka dari itu, dalam terang pemikiran tentang keseimbangan yang hidup, negara juga harus ikut mengatur ekonomi, namun dengan kepekaan pada pentingnya ruang bagi ekonomi untuk menari dan berkembang dengan geraknya sendiri.

Ekonomi adalah titik tengah yang dinamis antara tata kelola yang memelihara kestabilan dan keamanan di satu sisi, serta ruang kebebasan yang mendorong kreativitas yang mendobrak di sisi lain.

Bisnis pun juga perlu untuk memeluk keseimbangan yang hidup. Setiap pebisnis besar akan sadar, bahwa bisnis adalah semacam kombinasi ganjil antara keberuntungan di satu sisi, dan usaha keras di sisi lain. Bisnis adalah keseimbangan yang hidup antara dorongan mengumpulkan keuntungan finansial di satu sisi, dan upaya untuk menghasilkan keindahan di sisi lain. Bisnis juga adalah keseimbangan antara niat mencari untung di satu sisi, dan upaya membantu orang lain di sisi lain.

SAINS

Di dalam masyarakat manusia yang semakin rumit, pencarian kebenaran adalah sesuatu yang amat diperlukan. Kebenaran adalah dasar untuk pelbagai kebijakan publik, maupun untuk membuat keputusan pribadi. Dalam konteks ini, ilmu pengetahuan menempati peranan terhormat. Ia menjadi pegangan bagi banyak orang untuk membuat keputusan, karena sifatnya yang berusaha sedekat mungkin mendekati kebenaran yang ada di dalam kehidupan.

Oleh karena itu, ilmu pengetahuan pun juga harus diresapi oleh keseimbangan yang hidup. Ia adalah bentuk nyata dari keseimbangan antara pencarian kebenaran yang tak berpihak di satu sisi, dan kelembutan hati yang berpijak pada nilai-nilai luhur kehidupan di sisi lain. Ia adalah perpaduan yang terus berubah antara ketidakberpihakan yang menghasilkan kebenaran "obyektif" di satu sisi, dan kepekaan hidup atas nilai-nilai kebaikan di sisi lain.

AGAMA

Tidak seperti yang diramalkan oleh Karl Marx lebih dari 200 tahun yang lalu, agama tetap hidup, dan bahkan berkembang, di dalam peradaban manusia. Di berbagai negara, agama kini memainkan peranan penting di dalam menata hidup warganya, maupun mengarahkan keputusan-keputusan yang bersifat publik. Menimbang situasi semacam itu, maka agama pun perlu untuk menghayati keseimbangan yang hidup.

Agama perlu untuk berada di antara kemampuan memberikan panduan hidup praktis sehari-hari di satu sisi, dan kemampuan untuk memberikan makna hidup yang mendalam bagi para penganutnya. Agama perlu untuk terus menampung kekaguman manusia akan segala keindahan alam semesta yang membuatnya tertegun dan mengarahkan diri ke penciptanya di satu sisi, dan ritual religius yang menyejukan hati di sisi lain.

SENI

Hidup tanpa seni itu kering dan membosankan. Tidak hanya itu, hidup itu sendiri pun adalah seni. Namun, secara spesifik, seni adalah kemampuan manusia untuk mengekspresikan pikiran maupun perasaan di dalam dirinya melalui berbagai alat, seperti alat musik, lukisan, dan berbagai jenis media lainnya. Jadi, seni adalah ekspresi hidup dari diri terdalam manusia. Dalam konteks ini, seni pun perlu untuk menjalankan keseimbangan yang hidup, sama seperti bidang-bidang lainnya.

Di satu sisi, seni perlu untuk sedetil mungkin menangkap dan menyampaikan pergulatan jiwa manusia. Di sisi lain, seni juga perlu menjadi alat untuk membawa pesan-pesan pencerahan ke publik. Di satu sisi, seni bisa secara abstrak dan bebas mengungkapkan dirinya. Dan, di sisi lain, seni bisa secara konkret dan menyenangkan menyampaikan pesan kepada publik luas. Inilah keseimbangan hidup yang, pada hemat saya, perlu untuk dihayati oleh dunia seni pada umumnya, dan para seniman pada khususnya.

FILSAFAT

Sebagai displin pemikiran yang cukup tua, filsafat pun perlu untuk memeluk konsep keseimbangan yang hidup sebagai bagian dari dirinya. Ia perlu menari antara kekuatan abstraksi yang jernih di satu sisi, dan kemampuan untuk membaca realitas serta mendorong tindakan yang mengubah di sisi lain. Kegagalan menghayati tegangan antara dua kutub ini akan membuat filsafat ketinggalan jaman, dan menjadi tak relevan.

Di dalam hidupnya, setiap orang mencari, atau setidaknya merindukan di dalam hatinya, kesempurnaan. Dalam arti ini, kesempurnaan adalah keseimbangan itu sendiri. Bukan keseimbangan yang statis, bagaikan titik matematis di dalam matematika, melainkan keseimbangan yang hidup, yang mengayun serta menari di antara berbagai ekstrem kehidupan yang menggoda untuk dipilih.

JIKA KESEMPURNAAN ADALAH
KESEIMBANGAN, DAN ORANG BISA MENARI
DI DALAM BERBAGAI EKSTREM PILIHAN HIDUP
YANG MENGEPUNGNYA, MUNGKIN INILAH
ARTI SESUNGGUHNYA DARI KEBIJAKSANAAN.
MUNGKIN

#59

WHAT DOES
PERFECT MEAN
TO YOU?

Manusia memang tidak ada yang sempurna. Akan tetapi di sini Aku ingin mengingatkan sesuatu tentang hal untuk disempurnakan. Yaitu sebuah kegagalan yang sebenarnya bisa kita perbaiki dengan menghasilkan sesuatu yang lebih baik dan sempurna lagi. Jangan biarkan kegagalan membuat hidup Anda menjadi hancur dan menyerah. Anggaplah kegagalan Anda itu sebagai satu cara untuk mengubah Anda menjadi lebih baik lagi.

Tidak ada yang salah dengan kegagalan. Yang salah adalah ketika Anda gagal kemudian menyerah. Karena tidak ada kesuksesan yang didapat secara instan dan sempurna tanpausaha keras dan perjuangan. Semuanya butuh proses dan perjuangan yang disertai perasaan hati (*mood*) yang berubah-ubah. Tergantung bagaimana cara mengatur kondisi *mood* kita untuk menghasilkan sesuatu yang positif.

Ada satu hal yang terasa sangat sulit untuk dilakukan, yaitu cara memulai sesuatu. Banyak sekali pikiran yang justru membuat Anda semakin sulit dan ragu untuk mengembangkan sesuatu yang benar-benar ingin Anda lakukan. Segera bergerak dan lakukanlah karena kita hidup tinggal mengeksekusi hal-hal baik yang ada dalam diri kita.

Kita dilahirkan untuk bisa berguna untuk diri sendiri dan orang lain. Tidak akan ada yang sia-sia dalam hidup ketika kita mampu mengasahnya. Setiap manusia memiliki kemampuan yang sama

dalam mengasah hal yang ada di dalam dirinya. Kesadaran dalam dirilah yang mampu mengetahui hal yang kita miliki.

Ketika seseorang mampu menemukan sebuah hobi dalam hidupnya, sudah pasti hidupnya tidak akan pernah bosan atau lelah. Hal-hal menarik pasti akan selalu terjadi dalam hidupnya. Terlebih hobi yang dimiliki bisa membantu orang lain, baik dalam segi materi, motivasi atau dalam bentuk apa pun. Banyak sekali hal yang akan kita temui dalam kehidupan kita.

Untuk itu, ketika kita merasa gagal jangan mudah menyerah. Bisa jadi Anda hanya sedang lelah, bosan atau bingung. Jangan jadikan hal itu sebuah alasan untuk menunda kesuksesan Anda. Istirahat sejenak kemudian lanjutkan kembali aktivitas Anda. Lakukanlah dengan hati bahagia dan semangat baru. Maka kegagalan akan segera tersingkir dari kehidupan Anda.

Mungkin ada saat di mana Anda ingin menjadi orang lain. Tapi, untuk apa semua itu? Apakah karena Anda merasa bahwa kehidupan orang lain lebih baik? Seharusnya Anda bersyukur dengan apa yang Anda miliki. Bisa jadi orang lainlahyang ingin menjadi seperti Anda. Maka teruslah menjadi diri Anda apa adanya. Anda patut berbangga karena melakukan sesuatu yang berguna bagi orang lain. Pamerkan sesuatu yang bisa membangun semangat orang lain. Biarkan orang menjadi kreatif dan maju dengan apa yang sudah Anda raih dan tunjukkan.

Jangan pedulikan apa yang dikatakan orang lain, apalagi jika hal itu hanya akan mengganggu Anda. Misalkan rasa iri terus menerus ada dalam diri Anda, ubahlah rasa iri Anda itu dengan berkeinginan bukan menjadi seperti orang lain dan ubah juga pikiran itu dengan ingin mengubah diri menjadi lebih baik dari orang lain dan lebih baik dari diri sendiri sebelumnya. Karena dengan hal itu kita tidak akan menjadi seperti orang lain, dan dengan begitu kita akan bisa melampaui orang-orang yang kita pikir bisa lebih sukses dari kita.

Tidak ada yang tidak mungkin ketika kita mau berusaha memperbaiki segala kekurangan dan kegagalan dalam hidup. Karena bagaimana pun, tidak ada kesempurnaan sejati dalam bentuk apa pun. Tugas kita sebagai manusia hanya bersyukur dan selalu bersyukur. Ingat, rasa syukur tidak cukup hanya dengan berucap saja, melainkan juga menjaga apa yang telah dimiliki dan senantiasa memperbaiki kegagalan.

TIDAK ADA SESUATU YANG TERLAMBAT. Karena kehidupan ini selalu dihiasi dengan kelebihan dan kekurangan, kesalahan dan kebenaran, kegagalan dan keberhasilan. Apa pun itu entah sesuatu yang baik atau buruk, cantik atau jelek, inilah kehidupan luas yang sesungguhnya — dan Anda tidak sendirian. Maka tetaplah fokus dengan segala sesuatu yang mampu mengubah hidup Anda menjadi lebih baik lagi dan lagi. Jangan pernah merasa puas ketika Anda telah mencapai sesuatu, karena waktu dan kehidupan terus berputar.

Dalam hidup, kita tidak akan terus-menerus dalam keberhasilan. Akan ada saatnya kita juga berada dalam kegagalan. Kegagalan inilah yang akan menyempurnakan hidup Anda.

Kegagalan juga yang akan mengajarkan Anda untuk selalu berjuang dan bangkit kembali. Tidak perlu merisaukan apa yang dikatakan orang lain tentang kegagalan Anda, tetapi berterimakasihlah pada kegagalan itu. Berterimakasihlah karena Anda masih diberi kesempatan lebih untuk bisa memperbaiki kegagalan itu.

***

Daripada mencari alasan untuk menutupi kegagalan, lebih baik fokus mencari jalan untuk menuju keberhasilan. Setiap orang memiliki semangat untuk menentukan kapan harus*move on* dari segala hal yang membuatnya gagal dan membuat hatinya kecewa. Adakalanya orang berpikir untuk mundur dari keinginannya itu, tapi ada juga yang mengulangi kembali kegagalan untuk segera memperbaikinya. Setiap orang memiliki cara berbeda untuk menyelesaikan masalahnya. Ada yang berusaha mengulangi dari awal lagi, meskipun memerlukan waktu yang lebih lama. Ada juga yang menemukan cara lain yang lebih dahsyat untuk mencapai kesuksesan. Yang terpenting adalah kegagalan tidak menjadi alasan bagi kita untuk mundur.

Tuhan memberikan ujian berupa kegagalan dan kehilangan untuk mengajarkan hikmah kepada kita. Itulah sebabnya mendapatkan sesuatu yang berharga dan memiliki banyak makna tidak akan mudah. Harus mengalami yang namanya kegagalan, rasa bosan, lelah, bahkan putus asa. Hal yang perlu diperhatikan adalah ketika kita menginginkan sesuatu maka kita harus memperjuangkannya, bukan hanya menunggu dan berdiam diri.

Semua orang pasti pernah mengalami kegagalan dan kehilangan. Kita sebagai manusia diberikan kekuatan untuk segera bangkit membangun kembali kegagalan dan mendapatkan sesuatu yang hilang itu. Maka jangan terlalu larut dalam rasa

kehilangan itu, dan yang harus kita lakukan adalah berjuang kembali, bangkit kembali memperbaiki kegagalan itu dan kembali mencari dan mendapatkan apa yang sudah hilang.

Setiap orang memiliki bakat masing-masing, termasuk diri kita. Maka kenali dan kembangkanlah bakat atau potensi yang kita miliki. Karena sebagai manusia, kita sudah dilahirkan memilikinya sejak dini. Tinggal bagaimana kita mengasah dan terus mengembangkannya. Karena suatu bakat di dalam diri kita bisa kita temui ketika selalu mencoba untuk terus membuka diri mengenal bagaimana diri kita sebenarnya. Dengan bertanya pada diri, apa hobi kita? Apa makanan/minuman favorit kita? Apa yang tidak kita sukai? Film apa yang kita suka? Musik apa yang kita suka dengar? Outfit seperti apa yang kita suka? Dan masih banyak lagi yang perlu kita ketahui dari dalam diri kita. Untuk itu kenalilah bagaimana diri kita sebenarnya agardapat menentukan mana yang terbaik untuk kita ke depannya.

ADA ORANG YANG BERUNTUNG, ADA JUGA YANG BELUM MENDAPAT KEBERUNTUNGAN. INI HANYA MASALAH WAKTU KAPAN DAN BAGAIMANA ORANG MENDAPAT GILLIRAN KEBERUNTUNGAN. Padahal kalau kita pahami kembali hidup ini tidak kekal. Misalkan keberuntungan itu tadi, karena masih banyak orang yang tidak mau berbagi ilmu, tidak mau berbagi pengalaman, atau tidak ingin mencari tahu. Seakan-akan hidup dialah yang paling indah, dan baik, atau malah sebaliknya. Merasa takut untuk berbagi, karena takut di-*bully*, *dijelek-jelekin,* atau bahkan takut dijauhi oleh orang lain. Untuk apa Anda lakukan

hal itu, kita hidup hanya sementara di dunia ini, dan segala sesuatu yang ada di dunia ini hanyalah titipan. Bersyukurlah ketika Anda sudah diberikan sesuatu yang baik dari Tuhan, misalkan berupa kesuksesan, kekayaan berlimpah, atau pun sebaliknya meskipun dengan mengandalkan keruntungan dalam hidup.

Tidak ada yang salah ketika kita ingin berbagi dengan orang lain, entah itu hanya untuk saling bertukar pendapat, atau pun sekadar *curcol* atau *sharing*, karena setiap orang tidaklah sama dalam menerima takdir Tuhan dan juga dalam menghadapi takdir Tuhan tersebut.

Rasa takut terhadap kritik dapat merenggut inisiatif dan merusak imajinasi kita. Hal itu hanya akan menjadikan hidup kita terbatas, dan menjadi tidak kreatif. Padahal dalam hidup banyak sekali hal yang perlu kita pelajari. Itulah sebabnya kita membutuhkan orang lain untuk memberikan saran, kritik, atau pun pujian. Karena dari orang lain juga kita bisa menjadi lebih mengenal kehidupan. Entah itu dari cerita hidupnya, pengalamannya, dan dari cara berpikirnya orang lain tersebut.

Karena segala sesuatu yang terjadi dalam hidup kita, baik itu dalam hal baik maupun buruk kita pasti membutuhkan sebuah dorongan-dorongan tersendiri kepada diri kita dan itu bisa melalui orang lain. Dan orang lain tersebut bisa membantu kita juga untuk menjadi seseorang yang berhasil dan maju kedepannya. Jangan

terlalu *baper* dan tidak perlu tersinggung terhadap itu, apalagi sampai menyimpan dendam.

> SALAH SATU KEPUASAN YANG TERBESAR DALAM KEHIDUPAN ADALAH KEMAMPUAN UNTUK MENGATASI MASALAH SECARA EFISIEN.

Ketika kita berada dalam sebuah masalah, cukup introspeksi diri agarkita lebih dapat mengontrol emosi. Karena bagaimana pun juga tidak ada manusia yang sempurna. Akan tetapi, jika kita bisa menjadi lebih baik dan berguna bagi diri sendiri dan orang lain, maka hal itu sudah cukup sempurna.

***

Manusia merupakan makhluk Tuhan yang diciptakan paling sempurna dibandingkan dengan makhluk hidup lain. Meskipun kesempurnaan manusia sebenarnya tidaklah sepenuhnya sempurna. Karena terkadang manusia yang terlihat sempurna

dimata manusia lain sebenarnya tidak selalu sesempurna yang terlihat oleh mata kita. Karena justru bisa jadi di dalam dirinya sedang berada dalam hidup dengan kekonyolan dan menyebalkan karena tuntutan menjadi selalu terlihat sempurna.

Pernah terdengar dari pembicaraan seorang teman, "capek ya, terlihat seolah-oleh sempurna, seperti tanpa masalah dan seolah-olah semua baik-baik saja. Banyak yang mengira aku hidup tanpa tantangan hidup, dan seolah-olah tidak pernah ada masalah. Bahkan banyak dari mereka yang berpikir seseorang hidup selalu bahagia tanpa tantangan dalam hidupnya". Kalau kita renungkan kembali, sebenarnya banyak sekali kesempatan kita untuk bisa mensyukuri kehidupan yang terjadi dalam keseharian kita. Karena aku tidak dalam posisi *kepura-puraan* diri menutupi segala sesuatunya supaya terlihat sempurna.

Karena pada dasarnya manusia hidup belajar menjadi lebih baik dari sebuah masalah, kesulitan, dan tantangan-tantangan yang terjadi dalam kehidupannya. Untuk itu kita bisa belajar dan memperbaiki segala sesuatu dari hal tersebut. Sejatinya sebuah kehidupan yang baik juga bukan karena kita tidak pernah memiliki masalah, akan tetapi kehidupan yang baik adalah ketika kita mampu menyelesaikan masalah, kesuliatn dan tantangan itu.

Berikut aku berikan cara supaya Anda hidup lebih cerdas dan mampu memberikan keyakinan kepada orang lain.

1. Buka media sosial, dan cari sesuatu yang sedang trending topic

Untuk apa Anda lakukan itu, tujuannya adalah untuk Anda menjadi tahu berita atau informasi-informasi yang sedang ngetren. Apalagi pada jaman milenial seperti sekarang ini, semua orang sangat mudah mencari segala informasi dan berita dari gengaman saja. Jangan selalu *kepo*-in mantan dan gosip artis terus. Carilah informasi tentang apa pun yang berkaitan, dan selingi dengan apa pun yang buat diri Anda menjadi lebih fresh lagi. Entah tentang hobi Anda, tentang fashion, tentang musik, tentang buku, tentang film, atau tentang apa pun. Karena itu akan sangat berguna bagi Anda ketika bertemu dengan orang lain nantinya.

2. Setiap akan memberikan pendapat, tanya dulu pada diri Anda "kenapa?"

Cara paling ampuh untuk membuat diri Anda tertarik adalah bertanya kenapa pada diri Anda. Kenapa bisa seperti itu? Secara tidak langsung itu akan melatih Anda untuk berpikir secara kritis. Supaya ketika orang lainpun menanyakan hal

yang sama, Anda sudah tahu sebab dari hal yang sedang diperbicangkan. Jangan sampai memberikan informasi yang hoaks, dan sok tahu. Karena itu juga nantinya akan menjadi boomerang sendiri juga pada diri Anda.

3. Kurangi kebiasaan berbicara dengan kata "ummmm. . . . atau mungkin"

Sama halnya ketika kita sedang berdebat dalam sebuah acara, salah satu kata yang perlu kita hindari adalah menggunakan kata mungkin. Kenapa? Karena itu merupakan sebuah ungkapan atau anggapan ketidakyakinan dengan apa yang sedang dia ungkapkan. Untuk itu, supaya kita bisa meyakinkan orang lain, cobalah hindari menggunakan kata itu. Karena itu juga akan menjadi sebuah pembelajaran pada diri kita juga, supaya ketika memberikan informasi, kita selalu ingin memberikan kebenaran, bukan sesuatu yang diragukan.

4. Ungkapkan dengan jujur

Sesuatu yang sangat sulit ketika, kita sedang dalam keadaan belajar memperbaiki diri, terkadang masih ada gengsi dalam diri untuk mengakui bahwa kita tidak memiliki banyak informasi. Maka dari itu, cobalah tidak menjadi orang yang sok tahu, paling pintar, atau palling paham. Akan tetapi

cobalah menjadi yang apa adanya, dan bicaralah seperlunya. Jangan mudah terpancing omongan-omongan dari orang yang memancing kita untuk mengungkapkan informasi yang sebenarnya belum sepenuhnya kita pahami. Jujurlah dengan diri Anda sendiri dan pada orang lain. Bersikap apa adanya, justru akan membantu Anda dalam mendapatkan informasi lebih. Tidak ada yang salah ketika Anda jujur dan apa adanya.

5. Tidak ada yang lebih baik dibandingkan ketika kita mendengarkan inspirasi, langsung dari orang yang mengalaminya

Kita tidak akan pernah tahu, pandangan setiap orang dalam menginspirasi kehidupan mereka sendiri. Masih banyak sekali orang yang merasa bahwa kehidupannya sendirilah yang paling inspiratif dibandingkan dengan orang lain, padahal belum tentu dia sudah menjadi lebih baik dari sebelumnya. Maka dari itu jangan sampai salah memilih tokoh inspiratif yang akan membantu kita untuk terus memperbaiki diri dari kehidupan yang sebelumnya. Karena seseorang yang lebih baik dari sebelumnya tidak akan banyak bicara tentang orang lain, akan tetapi dia akan lebih banyak ceritakan tentang bagaimana dirinya sendiri.

SETIAP ORANG PUNYA MIMPI DAN HARAPAN TENTANG HIDUP SEMPURNA YANG IDEAL. NAMUN, TERNYATA VISI KITA AKAN KESEMPURNAAN DALAM HIDUP CENDERUNG SEDERHANA. KARENA KESEMPURNAAN ITU TIDAK BERARTI PUNYA SEGALANYA.

KESEMPURNAAN SEBENARNYA YANG TERPENTING ADALAH MAMPU MEMENUHI KEBUTUHAN YANG KITA BUTUHKAN DALAM KEHIDUPAN SEHARI-HARI. TIDAK PERLU KITA MENGIKUTI PERGAULAN KEHIDUPAN YANG SIFATNYA HANYA UNTUK MENGHAMBURKAN UANG ATAU HANYA UNTUK MEMBICARAKAN HAL-HAL YANG TIDAK MEMBANGUN PRIBADI KITA MENJADI LEBIH BAIK.

HINDARILAH KEHIDUPAN SOSIALITA SEPERTI ITU.

Lebih baik kita bisa selalu memilah-milah kehidupan sosilita kita. Tidak apa-apa kita mengambil sikap seperti itu, toh juga tidak merugikan orang lain atau pun diri sendiri. Lebih fokuslah dengan hal-hal yang baik dan mampu membantu diri kita untuk selalu ingat kemana tujuan hidup kita.

KARENA KEHIDUPAN MANUSIA HARUS TETAP BERPROSES DAN BERUSAHA, APABILA PROSESNYA BAIK DAN BENAR MAKA KESEIMBANGAN YANG HARMONIS AKAN DIRAIH DAN SEIRING DENGAN KESEMPURNAAN YANG DICAPAI.

Dengan kata lain, kesempurnaan itu memang harus terus dicari. Sebagai cara untuk menyempurnakan sesuatu yang tidak sempurna untuk menjadi sempurna.

Manusia bisa dikatakan bahwa dia hidup juga ketika memiliki tiga hal berikut. Yang pertama adalah gerak. Dalam kehidupan ketika dia hanya berdiam diri dan tidak bergerak, itu mengartikan suatu hal tersebut mati. Tidak ada pergerakan yang mampu

mengubah kehidupannya. Yang kedua adalah tahu. Sebagai contoh kecil adalah seekor semut saja mampu mengenali dirinya, bahwa ia kecil dan menyukai makanan yang manis. Dan yang ketiga adalah rasa. Manusia yang tidak memiliki perasaan dinamai bukan orang hidup. Dan manusia yang bodoh dinamakan orang mati.

- Seorang lelaki yang sangat tampan dan sempurna merasa bahwa Tuhan pasti menciptakan seorang perempuan yang sangat cantik dan sempurna pula untuk jodohnya. Karena itu ia pergi berkeliling untuk mencari jodohnya.

Kemudian sampailah ia disebuah desa. Ia bertemu dengan seorang petani yang memiliki 3 anak perempuaan dan semuanya sangat cantik. Lelaki tersebut menemui bapak petani dan mengatakan bahwa ia iangin mengawini salah satu anaknya tapi bingung mana yang paling sempurna.

Sang petani menganjurkan untuk mengencani mereka satu persatu dan si Lelaki setuju. Hari pertama ia pergi berduaan dengan anak pertama. Ketika pulang, ia berkata kepada bapak petani, "Anak pertama bapak memiliki satu cacat kecil yaitu

jempol kaki kirinya lebih kecil dari jempol kanan."

Hari berikutnya pergilah ia dengan anak yang kedua dan ketika pulang dia berkata, "Anak kedua bapak juga punya cacat yang sebenarnya sangat kecil yaitu agak juling."

Akhirnya pergilan ia dengan anak yang ketiga. Begitu pulang ia dengan gembira mendatangi petani dan berkata, "inilah yang saya cari-cari. Ia benar-benar sempurnya."

Lalu menikahlah si Lelaki dengan anak ketiga petani tersebut. Sembilan bulan kemudian si istri melahirkan, dengan penuh kebahagiaan, si lelaki menyaksikan kelahiran anak pertmanya. Ketika si anak lahir, ia begitu kaget dan kecewa karena anaknya sangatlah jelek. Ia menemui bapak petani dan bertanya, "kenapa bisa terjadi seperti ini pak? Anak bapak cantik dan saya tampan, kenapa anak saya bisa sejelek itu. . ?"

Petani menjawab, "ia mempunyai satu cacat kecil yang tidak keliatan. Waktu itu ia sudah hamil duluan . ." -

KADANGKALA SAAT KITA MENCARI KESEMPURNAAN, YANG KITA DAPAT KEMUDIAN KEKECEWAAN. TETAPI KALA KITA SIAP DENGAN KEKURANGAN, MAKA SEGALA SESUATUNYA AKAN TERASA ISTIMEWA.

Sebenarnya cerita ini berpesam, sebelum kita mencari kesempurnan kita haruslah mensyukuri apa pun itu pemberian dari Sang Maha Kuasa.

***

TIPS UNTUK BISA BERDAMAI DENGAN DIRI SENDIRI

Dari pada membenci keadaan lebih baik kita berdamai dengan keadaan dengan melakukan kebaikan. Berikut sebuah cerita yang saya ambil dari https://www. fimela. com/lifestyle-relationship.

Sejak menikah tahun 2012 lalu, saya pindah domisili mengikuti suami. Butuh waktu hampir setahun mengurus pergantian KTP dan KK. Birokrasi yang sering kali membuat saya lelah. Tapi sudahlah. Bagaimana pun, kini saya resmi menjadi warga desa.

Saya yang lebih dari 25 tahun tinggal di kota, harus menerima pada akhirnya berdiam di desa.

Banyak hal yang berubah dalam hidup saya. Selain tentang status yang tidak lagi sendiri, juga perihal kondisi desa yang jauh berbeda dengan kota. Sejujurnya kondisi awal pernikahan ini saya rasakan cukup berat. Tak jarang saya meluapkan kesedihan lewat tangis tanpa suara. Bukan menyesali pilihan untuk menikah. Tapi rasa sepi serta bingung yang perlahan menyiksa perasaan.

Namun hidup tetap harus berlanjut. Lebih baik berdamai dengan keadaan dibanding terus berharap keajaiban yang tidak mungkin. Dengan penerimaan hati yang ikhlas, lambat laun saya mulai mengenal lingkungan sekitar. Berinteraksi dengan lebih banyak tetangga. Melihat dan merasakan bagaimana kehidupan di desa ini. Meyakini bahwa inilah ketentuan Tuhan atas masa depan saya.

Akhirnya saya tahu ada ironi yang terjadi di sini. Cerita tentang ketertinggalan kesadaran akan pentingnya pendidikan. Angka putus sekolah tinggi. Pengangguran banyak. Pernikahan di bawah umur sudah biasa. Perceraian dan perselingkuhan tidak

sedikit. Kenakalan remaja, seks bebas hingga narkoba mulai menghantui. Sungguh sebuah kondisi menyedihkan.

Pindah? Tentu saja itu tidak ada dalam alternatif pilihan. Meski ada khawatir terhadap pergaulan anak-anak saya kelak. Pilihan terbaik adalah mulai melakukan sesuatu. Setidaknya menyelamatkan anak-anak yang baru akan tumbuh berkembang. Anak-anak sekitar lingkungan rumah yang akan menjadi teman bermain anak-anak saya.

Dari sebuah ruang di rumah, mulailah saya mengajak tiga, empat anak berkumpul di sore hari. Mereka belajar mengaji, bernyanyi, bercerita, bermain, dan utamanya mendekatkan mereka pada ilmu. Saya berharap anak-anak akan mulai melihat sisi lain dari sebuah proses belajar. Bahwa belajar itu menyenangkan. Belajar bisa di mana saja. Belajar tanpa kenal lelah. Dan belajar sebagai proses pendidikan harus diperjuangkan.

"Bunda, boleh aku ngajak kawan?" tanya salah seorang anak.

"Tentu saja boleh. Tapi kalau mau ikut, harus janji rajin datang ke sini," jawab saya yang diikuti

anggukan kepalanya.

Kian hari anak yang datang kian ramai. Memenuhi ruang tengah rumah. Selalu ada keriuhan suara anak-anak hampir setiap hari. Kecuali hari Minggu, mereka bisa datang lebih awal dari jadwal belajar. Atau pulang lebih lama. Saya menyediakan sejumlah buku yang dapat dibaca mereka. Ada komik, majalah, buku cerita, novel hingga buku pelajaran.

Di sela agenda belajar tersebut, saya senantiasa menitipkan pesan tersirat pada anak-anak. Agar mereka mencintai ilmu. Betapa penting pendidikan bagi masa depan mereka. Mereka harus sekolah yang tinggi. Melihat dunia. Mengukir cita-cita. Meraih mimpi. Jangan merasa cukup dengan hanya mampu menulis, membaca, dan menghitung. Namun, tidak ada jalan mulus menuju kesuksesan. Meski saya tidak punya niat lain selain berharap kehidupan yang lebih baik bagi anak-anak desa kami, tetap ada bisikan nyinyir yang akhirnya sampai ke telinga. Mencoba untuk abai walau terasa menyakitkan.

Anak-anak datang dan pergi. Beberapa bertahan sejak awal saya membuka rumah baca ini. Akan tetapi banyak juga yang hilang dan tak pernah datang lagi. Tetapi anak-anak yang lain ikut bergabung.

Maka saya harus memulai lagi dari awal. Begitulah seterusnya. Padahal belum ada seorang pun yang dalam penilaian saya bisa dijadikan percontohan hasil belajar di sini.

Kondisi ini sempat membuat saya sedih. Seolah apa yang saya usahakan sia-sia saja. Tidak ada yang secara sungguh-sungguh ingin belajar. Sementara saya sudah bertaruh waktu, tenaga, pikiran, dana, bahkan impian pribadi. Saya ingin totalitas berbuat untuk memberi pencerahan bagi anak-anak desa. Saya ingin anak-anak desa ini memiliki pemikiran maju. Atau mungkin keinginan saya yang terlalu muluk?

Pertanyaan itu lambat laun meracuni harapan yang sudah ditanam. Terbersit untuk mengakhiri semua. Fokus saja pada target pribadi, mungkin itu akan lebih menyenangkan dan menenangkan.

Sekali, dua kali, saya mencoba meyakini apa yang akan diputuskan. Terasa ada yang nyeri. Tidak. Saya tidak bisa menyerah. Saya tidak bisa berhenti di sini. Apa yang saya harapkan bukan semata mengharap pujian manusia. Bukan pula kerja sesaat yang hasilnya langsung dapat dilihat.

Bagi saya, ini harapan besar. Tidakkah sama apa yang saya harapkan dengan cita-cita RA Kartini di masanya? Jika seorang Kartini membawa cita-cita hingga akhir hidupnya, mengapa saya yang belum banyak berbuat harus menyerah?

Tahun 2019 sudah tiba. Tiga tahun sejak sebuah harapan saya tanam untuk generasi penerus desa ini. Sungguh tidak mudah untuk tetap bertahan. Tapi saya memilih untuk terus berjalan, meniti mimpi yang terpatri. Jika harus saya tulis resolusi di tahun ini, maka mengembalikan semangat mengelola rumah baca harus ditulis besar-besar dengan menggunakan huruf kapital. Agar saya tak lagi berniat menoleh ke belakang. Mempertanyakan keputusan yang telah saya buat dengan kesadaran penuh.

"Kalau kita membantu orang, insyaallah Allah akan membantu kita, " kata-kata suami yang sering ia ucapkan untuk menyemangati saya. Hari-hari melelahkan kembali saya jalani. Sejak pagi, siang dan sore, selalu ada anak-anak dengan tingkah pola masing-masing meramaikan rumah. Membaca buku, mengaji, bermain, bercerita, menggambar, dan sebagainya.

Saya tidak tahu kapan usaha saya terlihat hasilnya. Mungkin sepuluh, dua puluh tahun lagi atau mungkin saya tidak pernah melihatnya. Saya tidak peduli. Menanam kesadaran dan mencintai ilmu melalui proses belajar ibarat menanam pohon durian. Butuh waktu puluhan tahun hingga buah pertama dapat dipanen. Tapi setelah pohon tersebut berbuah, maka setiap tahun di puluhan tahun kemudian ia tidak akan putus memberi hasil. Dan pastinya, saya menanti hasil berupa balasan kebaikan hanya dari Tuhan.

Begitulah impian besar itu terus menaungi hari-hari saya. Menjadi sumber energi untuk terus bergerak memberi manfaat bagi sekitar.

ROAD D TO
SUCCESS

Keberhasilan seseorang adalah produk dari sebuah kegagalan. Maka dari itu, sebuah kegagalan sebenarnya adalah suatu hal yang kita butuhkan. Karena ketika kita tidak pernah mengalami kegagalan kita tidak akan bisa seperti sekarang ini. Contoh, pada saat kita lahir, kita menjadi seorang bayi yang belum bisa berjalan. Kemudian, kita berusaha untuk bisa berjalan meski harus jatuh berkali-kali. Dari situ akhirnya kita bisa berjalan bahkan juga berlari.

Dulu saat masih kecil dan terus terjatuh ketika berjalan, kita akan menangis, tertawa kemudian mau belajar berjalan lagi. Namun sekarang ketika dewasa, kita lebih sering baper, galau, murung dan mudah menyerah saat gagal dalam bisnis, karier, pendidikan juga cinta. Kalau diingat kembali, dulu ketika kita masih kecil, kita tidak pernah merasa galau atau berpikir untuk menyerah. Yang ada kita hanyamenangis, tertawa, kemudian siap untuk belajar lagi. Maka dari itu kita bisa berjalan seperti sekarang.

Nah... buat kalian yang sedang gagal bisnis, cinta ditolak, atau tak kunjung lulus ujian, kalian boleh *kok* menangis. Tapi, setelah itu kalian harus berjanji untuk bangkit kembali. **BELAJAR, BELAJAR, BELAJAR TERUS, LAGI DAN LAGI SAMPAI BISA MERAIH APA YANG KALIAN IMPIKAN.** Karena kegagalan itu hanya milik orang-orang yang suka mengeluh dan menyerah pada keadaan.

Berikut mari lihat sebuah gambar yang sedikit memudahkan Anda untuk menyikapi sebuah kegagalan.

GAGAL = SUKSES
HIKMAH DARI KEGAGALAN
TERUS MAJU/MOVE ON
MEMBERI DIRI SEDIKIT WAKTU
BERTANYA KEPADA TUHAN

Dari gambar di atas bisa disimpulkan bahwa kegagalan tidak akan mengkhianati kesuksesan jika Anda selalu melakukan dua hal, yaitu :

1. Hikmah dari kegagalan

Setiap mengalami kegagalan, kita pasti merasa kecewa, marah, bingung dan perasaan negatif lainnya. Akan tetapi ketika kita mengalami kegagalan misalkan dalam berbisnis, kita akan tahu bagaimana cara mengelola bisnis yang lebih baik lagi, memilih partner kerja yang benar, tempat yang lebih strategis, dan lain sebagainya. Banyak hikmah yang bisa kita ambil, bukan? Atau misal ketika patah hati, maka hikmah yang bisa kita ambil adalah orang tersebut bukan yang terbaik untuk kita. Mungkin dia sudah memiliki pasangan lain, atau bisa jadi Anda akan mendapatkan seseorang yang jauh lebih baik daripada dia. Kira-kira seperti itulah contoh mengambil hikmah dalam setiap kegagalan.

Sebelum mendapatkan hikmah, tidak ada salahnya kita merasakan sedih, kecewa, bahkan juga menangis. Karena di saat itulah Anda bisa memberikan waktu untuk menyendiri agar perasaan Anda menjadi lebih tenang. Anda bisa mengontrol emosi Anda supaya tidak menggebu-gebu lagi. Karena saat *me time*, kita bisa mengoreksi, menenangkan, sekaligus menjernihkan pikiran kita.

Selain itu, hal terpenting yang harus kita lakukan adalahberkomunikasi dengan Sang Pencipta. Karena Dialah yang mengetahui hal terbaik apakah yang sedang dan akan terjadi dalam hidup kita. Kita tidak boleh menyalahkan, yang perlu kita lakukan hanya berbicara dan mengungkapkan apa yang Anda rasakan. Setelah itu, serahkan segala sesuatu kepada-Nya. Tugas kita hanya berusaha untuk memperbaiki kesalahan dan kegagalan yang pernah kita buat.

> Ketika Anda belum bisa menemukan hikmah, maka teruslah memberikan waktu untuk diri Anda sendiri dan tunggu dengan sabar sampai akhirnya Anda bisa melihat kebelakang, dan merasa beruntung Anda menemukan sebuah kegagalan dalam hidup Anda.

Akan selalu menjadi bagian terpenting ketika kita sudah memberikan waktu pada diri kita dan berbicara kepada Tuhan. Tanyakan hikmah apa yang akan saya dapatkan dari masalah ini. Hati kita akan merasa lebih tenang dan mampu berjuang lagi menjadi seseorang yang sukses yaitu dengan cara *Move On*.

2. Terus maju atau move on

Apabila Anda sudah menemukan hikmah dari apa yang membuat Anda gagal, segeralah *move on*, karena terlalu larut dalam pikiran negatif tidak akan menjadikan kita maju. Selain itu, pikiran negatif justru akan membuat kita semakin jauh dari kesuksesan.

INGAT, HIDUP HANYA SEKALI!

Jangan hanya karena satu kegagalan, Anda sulit *move on* yang akhirnya membuat Anda gagal meraih kesuksesan. Sukses itu dibangun dari sebuah kegagalan. Oleh sebab itu, kesuksesan tidak akan Anda dapatkan jika Anda terlalu larut dalam kegagalan.

LANGKAH YANG

PALING EFEKTIF

→

MENJADI SUKSES

YAITU :

MENEMUKAN DIRI SENDIRI DENGAN CARA HIDUP MANDIRI

Hidup mandiri maksudnya adalah Anda terbebas dari pengaruh siapa pun. Karena dengan hidup mandiri, Anda akan mampu menemukan bagaimana diri Anda yang sebenarnya. Ketika Anda masih terpengaruh oleh orang lain, maka Anda tidak akan bisa menemukan jati diri Anda. Jangan biarkan orang lain merasa lebih memahami Anda dari pada diri Anda sendiri. Karena sebaliknya, yang tahu bagaimana Anda hanyalah diri Anda sendiri, termasuk keluarga Anda, karena bagaimana pun tujuan utama Anda adalah membuat diri Anda sendiri bahagia dulu, baru kemudian bahagiakan orang lain.

Belajarlah menjadi mandiri, karena dengan mandiri, naluri Anda dalam kehidupan juga akan terlatih. Bukan maksudnya

keluarga tidak penting, akan tetapi ketika kita menentukan sebuah tujuan hidup, yang utama adalah membuat diri kita bahagia dan nyaman dulu.

Jangan biarkan orang lain mengatur bagaimana hidup Anda.

Karena hanya Anda yang bisa mengenali dan mengetahui sesuatu yang membuat Anda bahagia. Belajarlah mulai dari satu hal kecil, misalnya tentang apa yang Anda sukai dan tidak Anda sukai, tentang warna, makanan, pakaian, dan lain sebagainya.

MENEMUKAN KEUNIKAN DIRI

Tuhan sebenarnya sudah memberikan keunikan dalam diri setiap manusia. Tujuannya adalah untuk membuat manusia bahagia. Semacam alat perang yang sudah disiapkan untuk melindungi kita dari bahaya, kemudian bisa juga digunakan untuk menyelamatkan orang lain.

Nah, Anda bisa menemukan keunikan dalam diri Anda dengan melakukan semua hal yang Anda sukai. Kemudian, lihatlah responss orang-orang yang ada di sekitar Anda terhadap hal yang Anda sukai. Pilihlah responss-responss positif dari orang lain, lalu kembangkan terus. Hal itulah yang kelak akan menjadi sebuah keunikan tersendiri untuk hidup Anda.

“

JANGAN MUDAH TERPENGARUH APA YANG DIKATAKAN NEGATIF TERHADAP ANDA, KARENA DIBALIK SEMUA HAL YANG NEGATIF PASTI AKAN ADA SESUATU YANG BISA ANDA AMBIL POSISTIFNYA DARI SISI LAIN.

Maka jangan biarkan diri Anda menjadi seorang yang mudah terganggu dengan omongan orang lain yang hanya akan mengganggu Anda.

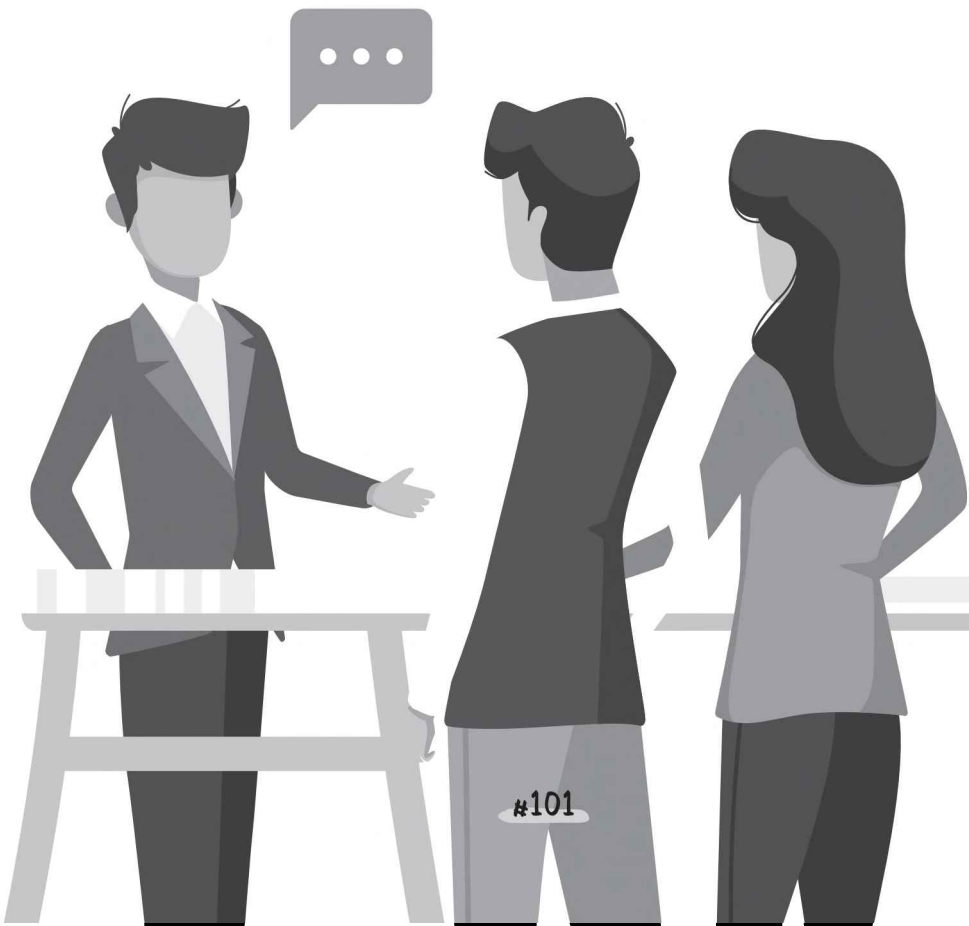
#99

TEMUKAN KARIER YANG TEPAT DENGAN KEUNIKAN ANDA

Setelah menemukan keunikan dalam diri Anda, kemudian kembangkanlah. Karena keunikan inilah yang akan membawa Anda kepada kesuksesan. Lakukanlah hal yang Anda sukai, maka Anda pasti akan selalu merasa bahagia. Jadikan keunikan Anda sebagai sesuatu yang bisa Anda andalkan dalam kehidupan Anda.

Misalkan saja Anda memiliki keunikah memasak, dan banyak orang yang memuji masakan Anda. Maka kembangkanlah keunikan Anda dan terus mengasahnya dengan cara membuat *pre-order* makanan, membuat video tutorial cara memasak di

youtube, atau bahkan membuka warung/restoran kuliner. Contoh lain misalkan Anda pintar dalam berbicara. Banyak orang percaya dan tertarik dengan cara Anda menjelaskan sesuatu. Maka Anda bisa mengembangkannya menjadi ahli pemasaran/marketing, pembicara, atau bahkan seorang motivator.

Setiap pekerjaan yang dilakukan dengan perasaan senang dan nyaman akan memberikan hal positif juga ke dalam dirinya. Apalagi ketika sebuah keunikan bisa membuat hidup Anda semakin maju dan bahagia.

FOKUS SAMPAI MAMPUS

Satu hal yang cukup sulit dijalani dalam hidup adalah fokus. Pada tahap keempat sekaligus terakhir ini menjabarkan bahwa untuk menjadi sukses, kuncinya adalah fokus dengan keunikan yang Anda miliki dan melakukan apa yang Anda sukai seperti yang dijelaskan pada tahap sebelumnya.

Sebenarnya ketika Anda menyukai sesuatu dan Anda betul-betul menginginkannya, pasti Anda akan fokus padanya. Karena keberhasilan akan terjadi jika Anda betul-betul fokus mewujudkannya. Jika ilmu saja harus terus dicari sampai mati, maka hal yang sama juga berlaku untuk kesuksesan. Kita harus 'fokus sampai mampus' untuk mengejarnya. Dengan begitu, cepat atau lambat Anda akan mampu meraihnya.

TAHAP MENJADI SUKSES

***

Jangan mengerjakan sesuatu setengah hati karena untuk mencapai hasil yang kita inginkan, kita pun harus mengerjakannyadengan serius dan maksimal. Adakalanya kita merasa bosan dengan sesuatu yang sedang kita kerjakan. Namun, itu adalah hal yang wajar, dan bukan alasan untuk menjadi malas dan meninggalkan pekerjaan kita. Kita bisa menyikapi kejenuhan dengan cara mengistirahatkan pikiran sejenak, kemudian melanjutkan kembali. Karena saat kita mengerjakan sesuatu juga tidak boleh terlalu menggebu-gebu apalagi sampai memaksakan diri. Perasaanseringkali menentukan baik atau tidaknya kita melakukan sesuatu. Misal, saat kita merasa buruk biasanya akan memengaruhi kinerja kita, begitu pun sebaliknya. Oleh sebab itu, disarankan untuk tidak melakukan segala sesuatunya secara berlebihan.

JALAN KESUKSESAN SETIAP ORANG BERBEDA-BEDA. Kita tidak perlu silau melihat kesuksesan orang lain apalagi sampai iri hati. Karena setiap manusia memiliki cara masing-masing dalam mendapatkan sebuah kesuksesan. Karena sebuah kesuksesan juga tidak akan bisa didapatkan dengan mudah, dan tidak mengalami sebuah kegagalan.

Setiap orang pasti menginginkan sebuah kesuksesan, tapi tidak semuanya bisa disamakan tingkat kesuksesannya. Hasil yang telahkita dapatkan dan menurut kita bukanlah sebuah kesuksesan,

bisa jadi dianggap kesuksesan bagi orang lain, begitu juga sebaliknya. Jadikan kesuksesan orang lain menjadi penyemangat kita untuk lebih meraih sesuatu yang berharga dalam hidup kita.

Masa lalu adalah tempat yang baik untuk dikunjungi sesekali, namun akan menjadi hal buruk jika kita terlalu lama tinggal disana dan tak ingin kembali. Maksudnya, kita memang harus belajar dari masa lalu. Ketika kita pernah gagal di masa lalu, maka tugas kita adalah memperbaiki kegagalan tersebut di masa sekarang. Jangan biarkan kita berlarut-larut akan kegagalan masa lalu, lalu tenggelam di dalam kenangan itu. Akan tetapi kita harus bangun dan segera beranjak dari sana.

Berusahalah terus dan janganmudah menyerah. Berjuanglah seolah-olah Anda akan mendapatkan kebahagiaan tak terkira.

Hanya itulah yang harus kita tanamkan dalam otak kita agar bisa membangkitkan semangat untuk menyelesaikan sesuatu. Karena apa pun yang kita lakukan, entah baik maupun buruk akan menjadi bagian dalam hidup yang nantinya akan kita bayar dikemudian hari. Maka dari itu, ketika kita akan memulai sesuatu, ingatlah bahwa kita melakukannya dengan niat dan tujuan yang baik.

Setiap orang semua sama memiliki 24 jam dalam satu hari kesuksesan ditentukan oleh seberapa baiknya Anda memanfaatkan waktu Anda. Pertanyakan pada diri sendiri, apakah kita juga memiliki kesempatan yang sama juga untuk mendapatkan sesuatu. Jawabannya pasti bisa. Asalkan kita jugaharus benar-benr mau bekerja keras, berkomitmen pada apa yang kita inginkan. Memfokuskan dengan apa yang menjadi tujuan kita. Kita juga selalu melakukan perbaikan ketika melakukan kesalahan.

"NANTI" ADALAH KATA YANG PASTI MEMBUANG WAKTU.

KALAU BISA DIKERJAKAN SEKARANG LEBIH BAIK ANDA MENGERJAKANNYA SEKARANG.

Kumpulkan niat dan bayangkan sesuatu yang kita inginkan, supaya kita kembali bersemangat untuk mengerjakan dan

kemudian menyelesaikannya. Tidak akan menjadi yang sia-sia ketika kita terus berusaha dengan apa yang kita ingin capai. Karena bagaimana pun, gunakan wakktu sebaik mungkin. Jangan sampai kita merasa membuang waktu, padahal akan menjadi suatu hal yang sangat membahagiakan nantinya ketika kita tidak menunda sesuatu untuk mengerjakannya.

Sukses tidak diukur dari posisi yang dicapai seseorang dalam hidup, tetapi dari kesulitan-kesulitan yang berhasil kita selesaikan maka kita akan meraih sukses. Maka dari itu, jangan pernah merasa bahwa kita kalah dengan keadaan yang membuat kita menjadi sulit dalam melakukan sesuatu. Segeralah bergegas mencari tahu bagaimana kita menyelesaikan, atau mencari solusi yang baik dan benar. Banyak diantara kita ketika mengalami kesulitan maka kita merasa putus asa dan kemudian mengeluh. Sebenarnya hal itu tidak akan menyelesaikan masalah. Lebih baik kita renungkan, dan kembali memulai memperbaiki sesuatu yang sulit menjadi lebih mudah lagi.

Buatlah diri Anda dalam melakukan sesuatu menjadi lebih bersemangat dan bahagia. Untuk itu, jangan sampai buat diri Anda sendiri merasa sulit dan tidak bersemangat karena hal lain. Karena ketika kita melakukan sesuatu dengan perasaan yang bahagia, maka segala sesuatu yang kita kerjakanpun akan menjadi lebih mudah, sehingga berdampak bagaimana hasil dari apa yang kita kerjakan itu.

***

* Cacat Tubuh Bukan Alasan untuk Tidak Mungkin

Bagaimana cara kita bisa sukses ketika keadaan mustahil terjadi pada diri kita. Misalkan karena cacat, atau ketidaksempurnaan bagian tubuh kita, menjadi suatu hal membuat diri kita terbatas dalam melakukan sesuatu. Mari kita simak cerita berikut, yang saya kutip dari cerita seorang motivator dunia.

Pengalaman dari Chet Craig, seorang yang selalu memiliki pikiran positif dalam hidupnya, dan dia sangat memerhatikan kesehatannya. Dalam seminggu terkadang dia berlari hingga seratus mil jaraknya. Suatu ketika Chet Craig secara tiba-tiba terserang suatu rasa sakit. Selanjutnya dia diharuskan untuk melakukan operasi karena terdapat kanker pada biji kemaluannya. Meskipun demikian, dia tetap saja mempertahankan pikiran positifnya. "Saya harus tetap bekerja dengan pikiran saya, sehingga penyakit yang mengganggu pikiran, saya anggap tidak ada. Penyakit itu hanya menyerang bagian tubuh saja. Oleh karena itu saya bisa bertahan dan tetap unggul di atas penderitaan saya," demikian ujarnya dengan pikiran positif.

Ada juga seorang pria yang saya anggap sebagai seorang tokoh pemberi ilham dalam hidup. Saat itu Chet Craig, menghadiri sebuah ceramah di Omaha. Sebelum Chet Craig menyampaikan ceramahnya tiba-tiba ada seorang psikolog industri yang terkenal dengan kedua belah kakinya lumpuh. Akan tetapi yang jelas otak dan pikirannya tidak ikut menjadi lumpuh. Karena sambil duduk di kursi roda, dia telah berhasil memberikan sebuah ceramah yang sangat luar biasa.

Bahkan ketika hadirin melihatnya saja mereka sudah merasa kasihan dan menaruh iba terhadap dirinya. Namun setelah dia berbicara, semua orangpun dengan penuh minat mendengarkan ceramah yang sangat menarik dan pandai memberikan saran dengan penuh humor. Kemudian rasa kagum saya sampaikan dengannya. Dan dia hanya memberi sebuah jawaban yang menarik kepada saya. "Otak dan pikiran kita tidak terletak pada kaki. Tetapi di kepala kita. Benar kaki saya lumpuh, tetapi otak dan pikiran saya sehat. Saya bisa melanjutkan tugas dalam hidup ini tanpa kaki, karena saya masih memiliki otak yang masih giat bekerja."

Sudah jelas bukan? Bahwa kesuksesan kita bukan berasal dari kita yang menemui kegagalan, bahkan banyak sekali orang-orang yang cacat bisa meraih kesuksesan dengan sesuatu yang berada dikepalanya, yaitu otak dan pikiran yang positif. Apa lagi yang dimaksudkan dengan istilah tidak mungkin, jika banyak kemungkinan yang akan terjadi dalam hidup kita?

TAPI LUPAKAN HAL ITU, KARENA HAL YANG PERLU KITA INGAT HANYA HAL-HAL YANG PASTI BISA KITA LAKUKAN UNTUK MERAIH SEBUAH KESUKSESAN DALAM HIDUP KITA MASING-MASING.

Karena bagaimana pun, segala sesuatu yang positif, dan kita mampu memikirkannya dan kemudian melakukannya kita akan dapatkan.

* Pengusaha, 52 Tahun, kehilangan jabatannya

Dia adalah seorang wakil pimpinan sebuah perusahaan industri besar. Dia sendiri merupakan seorang insinyur dan mempunyai kemampuan yang cerdas untuk memimpin. Kemudian muncullah dua faktor yang sangat menghambat usahanya yaitu terjadinya masa resesi dan adanya penemuan baru oleh perusahaan saingannya sehingga usahanya ketinggalan zaman. Perusahaan itu merosot justru pada saat susah sekali mencari kesempatan kerja di mana-mana. Khususnya bagi orang yang usianya sudah lima puluhan lebih. Akhirnya situasi yang kurang menyenangkan itu memaksakan dia untuk mencari pekerjaan apa saja. Ia tidak merasa puas. Tetapi yang terpenting asal dia mendapatkan pekerjaan. Memang, dia harus bekerja. Banyak kantor telah dilamarnya."Maaf, saat ini belum ada lowongan pekerjaan. Tinggalkan saja dulu alamat Anda". Demikianlah dia mengetuk pintu silih berganti dari kantor satu ke kantor lainnya.

Hingga akhirnya ada seorang manager menilit riwayat hidupnya, dan dengan ragu-ragu berkata, "Anda sebagai insinyur, memiliki pengalaman banyak di bidang pembangunan. Sekarang

ini kami memang belum membutuhkan tenaga Anda, tetapi mungkin saja dikemudian hari kami punya lowongan tugas kecil, yang barangkali tidak menarik bagi Anda. Kesulitannya ialah pengetahuan Anda terlalu tinggi untuk tugas sekecil itu".

"Ah, tidak ada yang saya anggap tinggi. Sebagai seorang insinyur saya bisa juga memegang sapu. Bila perlu saya bisa membuktikan bahwa saya adalah tukang sapu paling hebat di kota ini."

Namun di dalam melaksanakan tugasnya kemampuannya ia terapkan untuk mengatur pekerjaan sebaik-baiknya, sehingga dia selalu menyelesaikan setiap tugasnya tepat waktunya. Bahkan sering sekali ia bekerja lembur. Setiap tugas yang dianggap remeh orang, dikerjakannya dengan cepat dan dengan cara baru.

Kemudian diangkatlah sebagai kepala bagian dan akhirnya dia telah berhasil mencapai tingkat teratas di perusahaan itu sebagai pemimpin.

Jadi jangan biarkan kekecewaan dalam hidup Anda menjadi suatu hal yang membuat Anda menjadi seorang yang gagal, namun bersikaplah sebaliknya. Karena sebuah kekecewaan dalam hidup justru akan melatih Anda dalam sikap mental yang lebih kuat dan lebih baik nantinya.

Dalam pandangan definisi sukses bagi setiap orang berbeda-beda. Akan tetapi pada intinya sukses merupakan meraih sesuatu yang diinginkan, bisa berupa cita-cita, sasaran, atau target. Sebagai contoh, jika Anda pernah bercita-cita menjadi seorang dokter, kemudian Anda kuliah di fakultas kedokteran dan lulus menjadi dokter, maka Anda telah menjadi orang sukses.

Untuk meraih kesuksesan tidak seperti nembalikkan telapak tangan. Agar seseorang bisa sukses, ia harus melewati berbagai tantangan dan proses yang tidak sebentar. Tidak ada kesuksesan yang bisa dicapai dengan mudah. Kedisiplinan dan kebiasaan memiliki peranan penting dalam menentukan kesuksesan seseorang. Bahkan mulai dari kebiasaan terkecil yang seringkali diabaikan orang. Setiap usaha kita, sekecil apa pun itu memberikan dampak pada tingkat kesuksesan Anda.

E PENYEBAB KEGAGALAN YANG PERLU DIKETAHUI

Hidup tidak selamanya bisa berjalan dengan mulus. Hidup ibarat seperti roda yang berputar. terkadang kita berada di atas, satu waktu kita berada di bawah. Saat ini mungkin kita susah. Tinggal di tempat yang kumuh, bergaul di lingkungan yang buruk, sampai penghasilan yang pas-pasan.

Beberapa tahun kemudian, kondisi ini bisa saja berubah total. Tinggal di kawasan perumahan yang mewah, memiliki hubungan yang baik dengan diri sendiri dan orang lain, teman-teman yang saling mendukung sampai gaya hidup yang jauh berbeda dari sebelumnya.

Untuk bisa mencapai *level* itu, kita membutuhkan kemampuan untuk mengikuti perubahan zaman yang begitu cepat. Kemampuan untuk menyesuaikan diri.

Dalam prosesnya, pasti setiap orang pernah mengalamai kegagalan. Tidak penting, apakah kegagalan itu memberi dampak yang besar atau kecil. *Toh* tetap saja, kegagalan menjadi satu hal yang tidak diinginkan oleh semua orang.

Meskipun begitu, kita tetap bisa menjadi pemenang dan "sukses" di saat menghadapi kegagalan. Karena kegagalan memberikan kita peluang untuk bertumbuh menjadi pribadi yang lebih baik.

KEGAGALAN MERUPAKAN RENCANA ALAM UNTUK MEMPERSIAPKAN KITA UNTUK TANGGUNG JAWAB YANG LEBIH BESAR.

Akan tetapi kegagalan tersebut jangan sampai membuat diri kita merasa tertekan bahkan membuat diri kita merasa lemah dan putus asa. Buatlah hati kita menjadi lebih tenang dalam menghadapi kegagalan tersebut.

BERIKUT PENJABARAN TENTANG PENYEBAB KEGAGALAN YANG PERLU DIKETAHUI. →

KETAHUI DAN KENALI ORANG YANG IRI HATI

Tidak mudah memang mengetahui dan mengenali orang yang iri hati terhadap diri kita. Karena masih banyak sekali orang-orang yang terkesan baik didepan, akan tetapi bertingkah sebaliknya dibelakang kita. Termasuk orang-orang yang menurut kita dekat dengan kita. Akan tetapi bukan maksudnya kita harus mengejudge setiap orang yang dekat dengan kita. Maksudnya adalah kita lebih membatasi diri kita untuk tidak terlalu langsung percaya dengan setiap perkataan orang lain.

Kita harus bisa menyeimbangkan diri kita dalam mengenali setiap orang. Karena kita memiliki hak untuk itu. Jangan fokuskan

penilaian orang terhadap kita, akan tetapi fokuskan dengan apa yang sedang kita pelajari dalam hidup, tujuan kita. Supaya bisa memilah mana yang bermanfaat bagi kita atau tidak.

Terlebih dengan orang-orang yang mudah mengkritik orang lain. Jika kritikan itu bersifat baik dan mampu membangun kita ke dalam sesuatu yang positif maka terimalah, akan tetapi jika sebaliknya, kita cukup mendengarkan lewat saja. Jangan sampai membuat kita mendebatkan sesuatu yang membuat suasana tidak baik. Akan tetapi lebih ke dalam diri kita untuk membatasi diri saja.

Biarkan saja orang lain menilai sesuatu yang menurut pikiran mereka, karena kita juga berhak untuk menerima maupun menolak.

Dibalik kritikan itu karena rasa iri atau hanya memandang sebelah sudut pandang dari dia saja, kita jangan sampai terpancing untuk mengundang sebuah ungkapan-ungkapan yang membenarkan maupun menyalahkan.

BERANI MENOLAK PERMINTAAN ORANG LAIN

Pilihlah ajakan orang lain jika itu memang mengajak kita ke dalam sebuah pertemuan yang membangun. Akan tetapi kita juga berhak untuk menolak ajakan orang lain, jika hanya untuk mendiskusikan sesuatu yang negatif. Pilihkan benar-benar sesuatu yang memang hal itu berdampak positif maupun negatif bagi diri kita. Karena dalam hidup ketika kita sendiri tidak bisa memilih mana yang baik maupun yang buruk bagi kita, kita juga tidak akan mempunyai prinsip dalam hidup.

Untuk itu jangan pernah memikirkan apa yang orang lain inginkan dari kita, entah itu suatu informasi atau ingin mengenali kita dengan cara mereka, alangkah baiknya jika memang kitapun

harus bisa memilih seseorang yang sesuai juga. Kita berikan yang sekiranya memang bisa kita ak ditambahi dan tidak dikurangi. Maka dari itu jadilah diri sendiri.

Kita tidak akan bisa menyamakan diri kita seperti orang lain. Standar hidup dan cara kita untuk menikmati hidup juga berbeda. Maka, ketika kita menginginkan diri kita seperti orang lain, itu tidak akan bisa. Dan hanya akan seperti menuntut diri kita agar seperti orang lain. Itu juga akan berakibat tidak baik baik spikologis kita.

KECUALI, MENJADIKAN ORANG LAIN INSPIRASI.

Terinspirasi orang lain karena kesuksesan, kebaikan, dan cara berpikir. Ambilahlah sisi-sisi positif dari orang lain tersebut. Ambil ilmu yang sekiranya memang bisa membuat diri kita menjadi semangat dalam menjalani hidup. Akan tetapi jangan paksakan diri kita untuk bisa menjadi seperti orang lain tersebut.

Maka, kita juga berhak untuk menolak orang lain masuk ke dalam hidup, pikiran, dan cara bersosialisasi dengan orang lain. Istilahnya, kita hidup juga perlu membatasi diri. Buktikan saja, kita akan lebih baik kehidupannya untuk kedepan.

BEDAKAN MASA LALU DAN MASA SEKARANG

Kehidupan setiap orang pasti berbeda-beda. Setiap manusia pasti akan memiliki masa lalu, dan memiliki kehidupan sekarang. Bagaimana cara kita menyikapi kehidupan di masa lalu, dan menikmati kehidupan di masa sekarang. Mari kita simak penjelasannya sebagai berikut.

Kehidupan masa lalu tidak selamanya baik, dan tidak selamanya buruk. Kita akan bisa memperbaiki kehidupan buruk di masa lalu pada kehidupan sekarang ini. Dengan cara, ambil hikmah dari kehidupan masa lalu, dan jangan ada yang kita sesali saat ini. Karena, meskipun masa lalu kita buruk, saatnya sekarang kita memperbaikinya. Bukan untuk direnungi secara

terus menerus, akan tetapi kita harus terus menjalani kehidupan ini dengan baik.

Karena prisip kehidupan kita adalah kita bisa bahagia. Mungkin dahulu kita bahagia melakukan sebuah kesalahan. Akan tetapi kalian bisa buktikan kebahagiaannya pun tidak akan bertahan lama. Meskipun sebuah kehidupan bahagia juga tidak akan bertahan lama. Hal itu dikarenakan kehidupan ini tidak ada yang kekal.

KEKEKALAN HIDUP YANG ABADI ADALAH RASA SYUKUR TERHADAP KEHIDUPAN ITU SENDIRI, BAIK KITA DALAM KEADAAN BURUK MAUPUN BAIK. Karena ketika kita berada dalam masalah, sering dari kita menyesal, galau, dan mungkin mengacaukan suasana hati. Untuk itu, kembalilah kepada rasa syukur dalam hidup Anda sehari-hari. Sering diantara kita melupakan rasa syukur yang padahal mampu kita lakukan dengan sederhana.

Misalkan saja, ketika bangun pagi, beryukurlah kita masih diberikan istirahat yang cukup dengan membuat tubuh kita bersiap untuk menikmati hidup kita selanjutnya. Lupakan semua kegelisahan yang menggangu, biasakan cukup selesaikan masa lalu dengan rasa terimakasih, entah baik maupun buruk. Biasakanlah menikmati hidup dengan cara sesederhana itu. Karena itu akan membuat kehidupan Anda semakin baik, meninggalkan masa lalu yang buruk dan bersiap untuk masa sekarang yang jauh lebih baik.

“”

Tidak akan yang mampu mengubah masa lalu yang telah berlalu, akan tetapi kita bisa mengubah kehidupan di masa yang akan datang dengan melakukan hal-hal yang baik di masa sekarang.

Untuk itu jangan buang waktu Anda sekarang untuk menyesali masa lalu, fokuskan saja dengan kehidupan Anda saat ini dan masa depan.

FOKUSLAH PADA TUJUAN

Memfokuskan tujuan kita dalam hidup pasti akan melalui sebuah proses kehidupan yang tidak mudah. Apalagi untuk mendapatkan sebuah hasil, yaitu sebuah kesuksesan dalam hidup. Memang tidak semudah orang berbicara untuk memfokuskan diri kita untuk mencapai tujuan dalam hidup kita. Kita ambil contoh untuk memfokuskan diri demi mendapatkan sebuah kesuksesan.

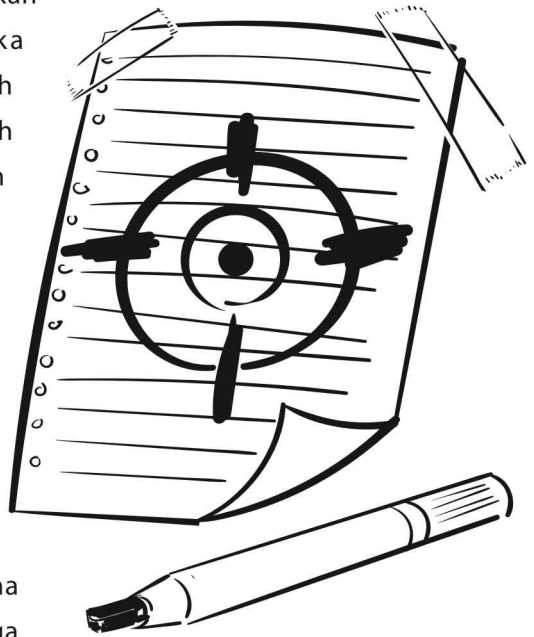
Misalkan tujuan hidup kita sukses dalam berkarya. Sebuah proses dalam pembentukan sebuah karya pasti akan menemui beberapa hal. Misalkan ketika ditengah jalan kita merasa bosan, lelah, maupun ragu. Akan tetapi kita juga harus kembalikan fokus kita kembali supaya mampu menyelesaikan proses dalam mencapai tujuan kita itu.

Selain itu, bisa jadi kita juga akan menemui sebuah perdebatan, baik terhadap diri sendiri maupun dari orang lain. Cara untuk mengembalikan tujuan kita, adalah dengan cara percayakan diri kita.

Jangan mudah terpengaruh dengan pendapat dari orang lain.

Ambilah yang sekiranya masuk dalam kategori yang sesuai dengan tujuan karya kita. Karena memang hal yang paling tidak mudah adalah ketika ada sebuah perbedaan pandangan dari sebuah karya.

Ketiga, karya kita dicela atau terdapat beberapa orang yang tidak menyukai hasil dari karya kita. Itu pasti. Karena bagian dari kehidupan itu pasti ada yang suka atau pun yang tidak suka. Ada yang memuji dan ada yang mencela. Nah, ketika hal ini datang pada hasil karya Anda, maka anggaplah diri Anda itu sudah menjadi sesuatu yang sudah menjadi perhatian banyak orang. Karena justru dari sebaian orang tersebutlah merupakan orang yang memerhatikan Anda.

Tidak perlu pedulikan apa yang mereka ungkapkan. Ambilah sisi baiknya dari sebuah celaan tersebut, dan anggaplah sebuah pujian itu merupakan *proud* yang kalian dapatkan dari hasil karya Anda itu. Maka jangan biarkan orang lalin menggangu tujuan Anda untuk memilki karya. Karena tidak semua orang juga bisa menghasilkan karya, ketika mereka hanya bisa mendengarkan apa yang dikatakan orang lain tanpa harus membuktikan apa yang mereka miliki, yaitu sebuah karya.

Dari situlah Anda sudah menjadi seorang yang berhasil dalam memfokuskan tujuan kesuksesan Anda dalam hidup. Karena bagaimana pun, tujuan kesuksesan Anda tidak akan goyah ketika Anda tetap dalam konsisten Anda dalam mencapai tujuan.

TINGGALKAN APA PUN YANG MEMBUAT KITA STRES

Stres adalah gangguan mental yang dihadapi seseorang adanya tekanan. Tekanan ini muncul dari kegagalan individu dalam memenuhi kebutuhan atau keinginannya. Stres itu, tidak selalu buruk, walaupun biasanya dibahas dalam konteks negatif karena stres memiliki nilai positif ketika menjadi peluang saat menawarkan potensi hasil. Sebagai contoh, banyak profesional memandang tekanan berupa beban kerja yang berat dan tenggat waktu yang mepet sebagai tantangan positif yang menaikkan mutu pekerjaan mereka dan kepuasan yang mereka dapatkan dari pekerjaan mereka.

Stres bisa positif dan bisa negatif. Para peneliti berpendapat bahwa stres tantangan, atau stres yang menyertai tantangan di lingkungan kerja, beroperasi sangat berbeda dari stres hambatan, atau stres yang menghalangi dalam mencapai tujuan. Meskipun riset mengenai stres tantangan dan stres hambatan baru tahap permulaan, bukti awal menunjukan bahwa stres tantangan memiliki banyak implikasi yang lebih sedikit negatifnya dibanding stres hambatan.

Beberapa ahli mendefinisikan stres sebagai:

» Responss non spesifik dari tubuh di setiap tuntutan

» Suatu kondisi yang menekan keadaan psikis seseorang dalam mencapai sesuatu kesempatan di mana untuk mencapai kesempatan tersebut terdapat batasan atau penghalang

» Adanya ketidakseimbangan antara tuntutan (fisik dan psikis) dan kemampuan memenuhinya. Gagal dalam memenuhi kebutuhan tersebut akan berdampak krusial

» Stres merupakan tanggapan seseorang, baik secara fisik maupun secara mental terhadap suatu perubahan di lingkungannya yang dirasakan mengganggu dan mengakibatkan dirinya terancam.[1]

---

1 https://id. wikipedia. org/wiki/Stres

Stres yang dialami seseorang dapat mengakibatkan menurunnya produktivitas seseorang dalam berkegiatan, bahkan dapat menimbulkan rasa sakit pada tubuh. Beberapa faktor yang memengaruhi stres dalam kehidupan manusia adalah sebagai berikut:

1. Faktor Diri Sendiri

Pengaruh stres paling besar berasal dari diri sendiri. Biasanya dikarenakan masalah keluarga, hubungan sosial, atau masaah keuangan. Hal tersebut dipicu karena pikiran-pikiran negatif dalam diri kita yang mengakibatkan otak bekerja lebih padat.

Maksudnya adalah, sebuah masalah yang terlalu dipikirkan dan menjadikan diri kita terpaku dalam satu pikiran, yaitu masalah tersebut. Tanpa memikirkan sebuah solusi, atau memcahkan masalah itu sendiri. Untuk itu, kita harus membuat diri kita kembali stabil dalam menyeimbangkan antara masalah itu sendiri dengan solusinya. Supaya pikiran kita kembali tenang, dan bisa kembali fokus dengan kegiatan atau pekerjaan lain.

Efek dari stres yang terjadi, adalah bisa berakibat kegelisahan dalam diri sendiri, tidak fokus, kesehatan menurun, dan pastinya akan memperlambat kita menyelesaikan pekerjaan-pekerjaan lain.

2. Faktor Lingkungan

Faktor lingkungan biasanya dikarenakan oleh, tindakan kriminal, bencana alam, pola hidup masyarakat. Hal itu terjadi terkadang diluar kendali kita. Oleh karena itu, setiap harinya kita tetap bersyukur kepada diri kita sendiri, karena cara paling mudah dalam menenangkan hati kita adalah bersyukur. Kemudian ikhlaskan semua yang terjadi yang dikarenakan oleh lingkungan.

Kita hanya menjaga diri kita tetap berada dalam kesibukan yang baik, dan fokus kepada tujuan hidup kita. Supaya kita tidak mudah terpengaruh terhadap ancaman-ancaman yang berasal dari luar diri kita. Tetap membantu, dan berbuat baik kepada sesama. Karena lingkungan juga tidak akan berpengaruh besar ke dalam diri kita jika mampu membatasi diri untuk selalu bisa tetap fokus ke dalam diri kita.

3. Faktor Pekerjaan

Faktor pekerjaan biasanya dikarenakan sebuah tekanan pekerjaan, yang membuat kita tidak mampu menghindari atau menyelesaikan dengan baik dalam waktu yang sudah ditentutkan. Oleh karena itu dalam sebuah pekerjaan sering menuntut kita untuk menjadi seseorang yang berbeda, dan bersikap profesional.

Sebelum kita berada pada titik di mana stres dalam pekerjaan itu terjadi yang perlu kita lakukan adalah menenangkan diri kita, berilah waktu kepada diri kita sendiri untuk mengatur ketenangan supaya kita tidak merasa tidak ada tekanan. Karena kita sendiri sebenarnya mampu menghindari tekanan dalam pekerjaan ketika kita mampu membuat nyaman dan menikmati pekerjaan kita itu.

PERTAMA, PILIHLAH PEKERJAAN YANG SESUAI DENGAN HOBI ATAU JIWA ANDA. Sehingga pada saat Anda melakukan sebuah pekerjaan akan menjadi suatu hal yang menjadikan Anda merasa bahwa Anda sedang menambah ilmu atau sedang melakukan hobi Anda.

KEDUA, JADILAH SESEORANG YANG SELALU INGIN TAHU DAN BELAJAR TENTANG APA YANG SEDANG ANDA LAKUKAN. Meskipun sebenarnya Anda sudah tahu, akan tetapi ketika Anda melakukan sesuatu yang memang Anda sudah tahu itu, buatlah seolah-olah Anda sedang mendalami sesuatu yang sudah Anda tahu. Sehingga Anda juga tidak akan merasa bahwa Anda yang paling tahu di dalamnya. Hal itu dikarenakan, ketika kita merasa sudah melakukan hal yang terbaik, belum tentu juga apa yang kita lakukan itu akan menghasilkan sesuatu yang trelihat baik juga oleh atasan kita.

KETIGA, BEKERJALAH DENGAN IKHLAS. Ingat, tidak ada pekerjaan yang tidak membuat kita merasa capek dan lelah.

Akan tetapi ketika kita membuat pekerjaan itu sebagai seuah sarana untuk kita bellajar terus, maka kitapun akan senantiasa membuat pekerjaan kita menjadi sebuah sarana lapangan yang memberikan kita ilmu di dalamnya.

Karena walaubagaimana pun, kita akan selalu belajar untuk bisa saling bersosialisasi dengan lingkungan pekerjaan kita. Nikmatilah pekerjaan kita dengan *enjoy*, sehingga kita juga akan merasa bukan sebuah tekanan tetapi sebuah lapangan bermain kita.

Setiap orang cenderung menghindari kegagalan. Namun apabila kesuksesan juga tak kunjung diraih, kenali lagi diri Anda. Karena mungkin sikap Anda sendiri yang justru menyebabkan kegagalan itu terjadi.

Mungkin selama ini Anda sudah merasa benar dalam berpikir dan bertindak untuk mencapai kesuksesan. Namun kalau dilihat lagi, apakah Anda sudah berhasil dalam mencapai tujuan Anda? Atau mungkin Anda kerap menyalahkan orang lain atau bahkan menyalahkan keadaan atas kegagalan yang Anda alami.

Meski begitu, jangan terburu-buru mengambil kesimpulan. Coba cek daftar sikap di bawah ini, apakah Anda mengalaminya dan tak sadar membiarkan sikap tersebut sehingga menunda datangnya kesuksesan.

TAKUT

Jangan biarkan perasaan takut menjadi penyebab kegagalan Anda. Bagaimana cara mengatasinya? Simak tiga langkah berikut ini:

1. Cari tahu mengapa Anda terus merasa takut di dalam karier Anda.
2. Putuskan bahwa rasa takut itu harus hilang.
3. Mulai pada saat Anda masih merasa takut.

Rasa takut dapat membuat Anda aman karena Anda akan selalu memilih berada dalam zona nyaman Anda. Namun bukankah kesuksesan lebih terasa spesial apabila Anda berhasil keluar dari kegagalan? Dengan mengetahui apa sebenarnya penyebab ketakutan Anda, Anda dapat mencari solusinya dengan mudah.

Keluarlah dari zona nyaman dan biarkan diri Anda tertantang untuk mengalahkan ketakutan Anda sendiri, tapi bukan tanpa persiapan. Gunakan rasa takut dengan tujuan yang positif, yaitu untuk membuat Anda tetap waspada akan segala risiko dalam mencapai tujuan Anda.

Miliki pola pikir berikut ini agar rasa takut tak menghambat Anda meraih sukses:

» Jangan ragu untuk mencoba hal yang baru atau menghadapi tantangan. Karena dengan tantangan Anda akan dipacu untuk mengeluarkan sisi terbaik Anda.

» Jangan takut untuk menemui kegagalan, karena tanpa Anda mencoba, Anda tidak akan pernah tahu apakah Anda akan gagal atau berhasil.

» Jangan takut mengerjakan sesuatu yang sama sekali baru dalam pekerjaan Anda, karna dengan begitu Anda akan belajar.

» Bila Anda harus meninggalkan zona nyaman Anda, pastikan Anda punya persiapan baik mental dan pengetahuan.

» Ambil risiko. Kalau pada akhirnya usaha Anda gagal, paling tidak Anda sudah mencoba dan berhasil mengalahkan rasa takut Anda.

CUEK

Memerhatikan keadaan di sekitar dapat membantu Anda dalam bertindak. Jangan-jangan sekeliling Anda mempunyai etos kerja yang lebih tinggi daripada Anda. Jangan mau kalah, Anda pun harus berusaha lebih keras dari sebelumnya. Dengan memerhatikan situasi, Anda juga dapat memperkecil risiko kegagalan.

Lakukan ini:

» Apabila orang-orang di sekitar Anda berusaha 100 persen, Anda berikan 120 persen.

» Bila sedang mengerjakan proyek tertentu, selalu siapkan rencana B dan C, sehingga apabila rencana A gagal, Anda masih punya jalan keluar.

» Coba cari tahu faktor apa saja yang mungkin membuat rencana Anda bisa gagal, dan siapkan solusinya.

EKSPEKTASI TERLALU TINGGI

Mempunyai target yang terlalu sulit untuk dicapai akan menambah berat beban pekerjaan yang Anda rasakan. Bila Anda gagal, rasa kecewa yang Anda alami akan lebih besar pula. Namun jangan berkecil hati. Introspeksi diri dan ukur kemampuan Anda. Apakah selama ini usaha dan kemampuan Anda sudah sebanding dengan pencapaian yang ingin Anda raih.

Lakukan ini:

» Untuk mencapai posisi jabatan tertentu, butuh proses. Bukan dengan cara yang instan.

» Buat daftar target pencapaian yang ingin Anda raih. Urutkan mulai dari yang termudah Anda capai hingga yang paling sulit.

» Kemampuan Anda akan terdorong naik sesuai pencapaian yang selama ini Anda raih.

MUDAH MENYERAH

Hindari sikap mudah menyerah dengan beralasan bahwa sudah menjadi nasib Anda untuk mengalami kegagalan terus menerus. Mempunyai pola pikir seperti itu dapat membuat Anda malas untuk mencoba dan mengubah keadaan. Anda harus yakin bahwa Anda bisa mengubah keadaan dengan berusaha dan bekerja keras. Kesuksesan ditentukan oleh semangat, kemauan, dan kerja keras kita.

Lakukan ini:

» Apabila Anda ingin keadaan berubah, yang pertama harus dilakukan adalah mengubah pola pikir Anda.

» Percaya bahwa Anda dapat naik ke jenjang karier berikutnya dengan berusaha lebih keras dari apa yang Anda lakukan saat ini.

PESIMIS

Pesimis sama dengan kalah sebelum bertanding. Dengan kata lain, Anda menyerah sebelum berusaha dalam melakukan sesuatu untuk mendapatkan apa yang ingin Anda capai. Percaya diri merupakan kuncinya. Bila kita sendiri tidak percaya akan kemampuan diri sendiri, bagaimana orang lain bisa percaya pada kemampuan kita? Jadi, bersikaplah optimis.

Lakukan ini:

» Katakan dalam hati "Saya pasti bisa!" dalam setiap memulai mengerjakan sesuatu. Mantra tersebut dapat memotivasi diri Anda untuk melakukan yang terbaik dan lebih percaya diri.

» Cari dukungan dari orang lain agar Anda lebih merasa bersemangat.

» Ingat lagi target Anda, dengan begitu Anda akan termotivasi untuk mencapainya. [2]

2 https://lifestyle. kompas. com/read/2012/05/12/1007496/Kalahkan. 5. Sikap. Penyebab. Kegagalan?page=all.

F
SIAPAKAH
AKU

Pernahkah kalian berpikir tentang diri kalian sendiri, bagaimana dan kenapa kalian bisa menjalani kehidupan seperti sekarang ini. Memang bukan suatu hal yang wajib kita pikirkan. Akan tetapi tidak salahnya kita memahami diri kita dengan mengenal siapakah diri kita ini. Apakah Anda ini adalah orang yang pasti akan sukses? Apakah Anda adalah orang gagal?.

Apakah Anda pernah mengalami kegagalan sebelumnya dalam hidup? Jika jawaban Anda adalah pernah, maka Anda adalah calon orang sukses. Pencapaian dalam kehidupan jika memang itu adalah kesuksesan, pasti tidak ada yang mudah. Sebuah kehidupan pasti ada sebuah proses kehidupan. Dan biasanya banyak sekali dari kita ketika sedang menjalani sebuah proses akan mengalami namanya kegagalan, kekecewaan dan menyerah.

Sebenarnya proses itulah yang akan membawa Anda ke dalam sebuah kesuksesan. Bagaimana caranya? Kok bisa? Jawabannya adalah kita mampu bangkit dari perasaan-perasaan itu. Kita harus mampu menstabilkan perasaan kita ketika kita sedang berada dalam proses tersebut. Jangan mudah terpengaruh, sehingga mengubah *mood* kita dalam tujuan utama. Karena kehidupan ini adalah selayaknya roda berputar.

Dan tidak akan selamanya Anda akan berada dalam posisi selalu di bawah maupun di atas. Selama kehidupan ini masih terus berjalan, maka kehidupan inipun akan selalu berganti cerita

kehidupan. Saat ini, apakah Anda sedang berada dalam roda kehidupan yang sukses, bahagia, atau sedang susah dan gagal?

Jika Anda sedang berada dalam keadaan tersebut maka, bersyukurlah dan aku juga senang mengetahuinya. Tetapi apakah semua orang juga akan bahagia melihat Anda dalam keadaan bahagia seperti Anda. Bisa jadi tidak. Karena tidak semua kebahagiaan yang kita bisa diterima juga oleh orang lain. Dan kita tidak bisa memaksakan orang lain juga untuk merasakan hal yang sama dengan kita. Hal itu juga yang menjadi salah satu bukti bahwa kehidupan setiap orang juga berbeda-beda. Kita juga tidak bisa menuntut orang lain untuk berlaku sama dengan kita.

Sebaliknya jika kita sedang dalam keadaan susah dan gagal, pasti ada yang merasa bahagia juga. Untuk itulah kita juga harus mampu memahami, tidak semua orang akan sama. Itulah sebuah roda kehidupan. Kebahagiaan dan kesedihan dalam hidup pasti akan silih berganti, dan kita pasti akan mampu melewatinya. Kecuali Anda tidak bisa keluar dari perasaan sedih Anda. Maka Anda juga akan terus merasakan sebuah perasaan yang negatif juga dalam hidup Anda.

Dan semoga setelah baca buku ini, kalian tidak lagi ada yang sedih berlarut ya. . . .

***

Pikiran manusia itu sangat ditentukan oleh tindakan manusia itu sendiri. Misalnya, dalam hidup manusia tujuannya adalah sukses, akan tetapi tindakan-tindakan yang dia lakukan terkadang terpengaruh oleh lingkungan sekitarnya. Dan pengaruhnya lingkungan sekitar adalah pengarh terbesarnya dia dalam tujuan hidup dia sendiri. Untuk itu kesuksesan hidup Anda memang sebenarnya tergantung pada diri Anda sendiri.

KESUKSESAN DAN KEGAGALAN BISA KITA TENTUKAN SENDIRI, TIDAK DARI ORANG LAIN.

Karena ketika kita bisa mengendalikan kita dalam proses kehidupan yang baik dan tidak mudah terpengaruh oleh orang lain, maka kita pun akan mampu menentukan diri kita ke dalam kesuksesan atau kegagalan. Tinggal kalian pilih saja. . .

Kita diciptakan menjadi manusia yang sempurna. Misalkan ketika kita sedang berjalan, dan tidak salah ketika kita menoleh ke kanan, ke kiri dan kadang juga melihat ke belakang. Sama halnya dalam kehidupan ketika kita belum berhasil meraih kesuksesan,

meski kita harus terus berjalan terus akankah lebih baik ketika kita juga mampu memperbaiki kesalahan yang kita lakukan baik yang disengaja maupun tidak. Ingat rumus kehidupan yaitu perputaran roda. Sesuatu yang bellum kita capai saat ini, bisa jadi kita akan capai dikemudian hari yaitu dengan cara terus bergerak.

Nah, sekarang bagaimana caranya untuk bergerak keatas? Caranya adalah dengan peduli kepada orang lain. Karena orang lain adalah roda bagi perputaran Anda. Cobalah bantu orang yang sekiranya memang membutuhkan bantuan Anda. Ketika kita sudah membantu orang lain, kembalilah kepada tujuan Anda. Dan ketik ada yang memanggil Anda, menolehlah kembali kebelakang, mungkin saja ada rejeki yang bisa kita raih dari panggilan tersebut. Atau, justru karena Anda telah mengambil rejeki orang lain sehingga orang itu memanggil Anda untuk kembali. Keadaan ini hanya diri Anda sendiri yang tahu.

Saat Anda membantu orang lain itu, secara tidak langsung Anda juga akan terdorong ke atas. Dan ketika Anda di atas, dan Anda tidak ingin lagi berada di bawah maka jangan merasa kalau Anda sudah berada di atas. Tetaplah terus merasa bahwa posisi Anda berada di bawah. Karena dengan begitu Anda juga akan terus terdorong untuk terus berjalan ke atas. Begitulah roda perputaran kehidupan supaya tetap seimbang dalam hidup.

***

Belajarlah berbicara dengan diri sendiri, kemudian pahamilah tentang perasaan sedih, kecewa, khawatir, dan emosi yang terjadi dalam diri. Dan terimalah mereka itu menjadi bagian dari kita dan jadikan sebagai pencarian kembali jati diri kita yang hilang. Selain itu menerima kerapuhan, kegagaln, ketidaksempurnaan, kesalahan, penghianatan yang ada dalam diri kita dengan penuh kerelaan. Walau bagaimanapun perasaan-perasaan itu adalah bagian dari kita untuk bisa lebih mengenal bagaimana kita.

Karena aka nada saatnya kita tersadar tentang sebuah tanggang jawab dengan kehidupan kita sendiri. Dengan cara lebih memahami lebih dalam tentang diri kita. Untuk bisa lebih menerima diri kita selayaknya kita bisa menginginkan kita selayaknya kita bisa menginginkan kita menemukan perubahan-perubahan yang lebih baik. Sama halnya ketika ada beberapa orang yang pernah meninggalkan kita dengan rasa luka pada batin kita. Kemudian setelah berlalu belum tentu juga mereka ingat dengan apa yang pernah dilakukannya itu.

Apakah kalian akan terus menyimpan dendam padanya? Yang kemudian akan membuat penderitaan dalam diri kita karena hal tersebut. Jangan biarkan itu berlarut dalam perasaan itu, alangkah baiknya kita

segera mengambil tindakan dengan mengikhlaskan dan ambil kembali kendali diri kita untuk focus lagi kepada tujuan hidup kita. Tinggalkan hal-hal tersebut atau bertemanlah dengan seperlunya dan sewajarnya.

Yakin bahwa kita adalah pemenang kehidupan. Karena kita adalah sang penguasa penuh terhadap diri kita, yang sudah bersiap untuk terus menjalani hari-hari sebagai manusia yang kuat dengan penuh cinta kasih. Percayalah perasaan luka dalam hidup kita akan menjadi guru terbaik yang akan membawa kita ke dalam kebahagiaan dan keberhasilan. Untuk itu ubahlah kehidupan kita sendiri dengan cara kita, sehingga kehidupan kitapun akan membawa kebahagiaan tersendiri juga dalam.

Sebenarnya bagaimana sih cara mengenal diri sendiri?

Salah satu cara untuk bisa menikmati hidup adalah dengan mampu mengenal diri sendiri dengan perasaan bahagia atau dengan selalu belajar untuk berdamai dengan diri sendiri. Hal yang bisa kita lakukan adalah:

MEMAHAMI DIRI SENDIRI

1. Jujur kepada diri sendiri

Memahami diri sendiri berarti menerima berbagai aspek yang membentuk identitas, kepribadian, dan keberadaan diri kita. Langkah ini membantu Kita mengetahui semua aspek kepribadian yang Kita miliki, bukan untuk mengkritik diri sendiri. Bersiaplah mengetahui hal-hal baru tentang Kita. Saat mengevaluasi diri sendiri, amati hal-hal yang membuat Kita merasa tidak nyaman. Perasaan ini bisa menjadi petunjuk bahwa Kita sedang menghindari sesuatu. Apakah Kita memiliki sifat yang perlu diperbaiki? Jika ada, apa yang perlu dilakukan untuk mengubahnya? Sebagai contoh, jika Kita tidak menyukai diri sendiri saat bercermin, segera tahu penyebabnya. Apakah karena penampilan atau usia Kita? Tentukan apakah pemicunya bisa di atasi.

2. Berikan pertanyaan baik kepada diri sendiri

Untuk apa kita menanyakan pertanyaan kepada diri sendiri? Manfaatnya adalah untuk kita bisa menentukan hal apa yang membuat diri kita merasa bagaia atau sebaliknya. Selain itu, Kita bisa memanfaatkan informasi yang diperoleh untuk mengisi waktu dengan melakukan aktivitas yang bermanfaat atau mencapai tujuan. Coba tanyakan hal berikut kepada diri kita

a. Apa hobi Kita?

b. Apa cita-cita atau tujuan hidup Kita?

c. Apa yang paling tidak Kita sukai dari diri sendiri?

d. Apa kesalahan yang pernah Kita lakukan?

e. Apa persepsi orang lain tentang Kita? Apa persepsi yang Kita harapkan dari mereka?

f. Siapa tokoh panutan Kita?

3. Mendengarkan kata hati

Hati adalah kunci dari rasa percaya diri kita dalam memutuskan sesuatu. Sama halnya seperti suara hati akan selalu bersuara ketika kita menerima sesuatu yang berasa

dari luar, misalkan perasaan menjengkelkan maupun menyenangkan. Untuk itu belajarlah untuk selalu mendengar hati yang tidak lain adalah suara hati kita. Akan tetapi ingat jangan pernah memutuskan sesuatu juga ketika perasaan kita sedang merasa jengkel maupun senang. Karena dampak dari hal tersebut juga tidak akan selalu memberikan efek yang buruk maupun baik kepada kita.

Apa yang ingin disampaikan oleh suara hati kita kepada Kita? Berdirilah di depan cermin sambil mendeskripsikan diri sendiri. Kita boleh mengucapkannya secara verbal atau di dalam hati. Apakah Kita mengatakan hal-hal positif atau negatif tentang diri sendiri? Apakah Kita terfokus pada penampilan atau tindakan? Apakah Kita memikirkan kesuksesan atau kegagalan? Maka dari itu, segera alihkan dengan pikiran lain.

SAAT MUNCUL PIKIRAN NEGATIF,

JANGAN DITERUSKAN.

Alih-alih, tanyakan kepada diri sendiri mengapa Kita berpikir seperti itu? Mencela atau mengkritik diri sendiri menunjukkan bahwa Kita sedang mempertahankan diri dari pikiran yang tidak menyenangkan. Pikiran positif atau negatif

menunjukkan seperti apa Kita memersepsikan diri sendiri. Jika citra diri tersebut tidak sesuai dengan yang diinginkan, berusahalah memperbaiki diri atau belajar berperilaku positif.

4. Menulis Jurnal

Jaman sekarang mungkin tidak akan menemukan banyak orang yang masih menulis dengan kertas/buku diary dan bolpoint. Karena pasti akan lebih cenderung menuliskan dihandphone "notepath". Akan tetapi dimanapun kita mampu meluangkan waktu untuk sejenak menyisihkan waktu untuk menulis tentang keadaan diri kita, keinginan kita, keadaan saat ini yang terjadi kepada diri kita, maka akan secara mudah kita akan melatih emosi kita, dan keyaninan kita terhadap sesuatu yang sudah atau akan kita lakukan. Karena dengan demikian kita akan melatih konsentrasi, atau fokus terhadap apa yang menjadi tujuan hidup kita, dan melatih untuk tetap melakukan tindakan-tindakan yang tidak meleset dari tujuan kita.

Sisihkan waktu beberapa menit sehari untuk menulis semua yang Kita lakukan, rasakan, dan pikiran sepanjang hari. Jika terjadi hal-hal negatif, catatlah mengapa pengalaman tersebut memengaruhi Kita. Jika Kita melakukan kesalahan, tentukan cara menjalani hidup dengan melakukan tindakan yang benar.

Mulailah menulis tenatng apapun yang sedang kita pikirkan. Dan sebenarnya tulisan tangan kita bisa menuntun kita untuk meluapkan pikiran yang berada dipikirakan bawah sadar kita sehingga kita mampu menentukan pikiran yang memicu masalah. Selain itu, kita juga akan bisa menggunakan pertanyaan sebagai panduan menulis, misalnya ada sesuatu yang meminta kita untuk menjelaskan tentang kepribadian dan kebiasaan kita.

5. Fokus terhadap apa yang sedang kita jalani sehari-hari

Bagaimakah cara kita untuk meraih apa yang inginkan. Cara termudah yang bisa kita lakukan adalah dengan memfokuskan perhatian kita terhadap apa yang sedang kita lakukan untuk mendapatkan apa yang kita inginkan tersebut. Karena kita akan terus fokus kepada satu titik dimana kita akan mencapai tujuan tersebut. Selain itu kita juga akan segera mengetahui ketika jalur yang kita lalui tidak pada jalurnya, maka kita akan segera kembali lagi, kemudian fokus lagi.

Kemudian kita juga perlu lakukan bermeditasi rutin, Kita perlu berlatih agar mampu memfokuskan perhatian. Hal terpenting dari latihan ini adalah kemampuan memusatkan perhatian pada diri sendiri dan kehidupan yang sedang Kita jalani.

SISIHKAN WAKTU UNTUK MENENANGKAN PIKIRAN DAN MENGAMATI SENSASI YANG DIALAMI OLEH KELIMA INDRA. Apa yang Kita sentuh, kecap, dengar, lihat, dan cium? Jangan menyantapi makanan sambil menatap layar komputer atau teve. Alokasikan waktu khusus untuk makan sambil menikmati rasa makanan, teksturnya, suhu udara di ruang makan, dan sensasi yang muncul setiap kali Kita mengunyah makanan. Sisihkan waktu beberapa menit sehari hanya untuk beristirahat dan mengamati suasana di sekeliling Kita. Berusahalah memerhatikan sebanyak mungkin sensasi yang muncul. Apa yang Kita dengar, rasakan, kecap, dan cium? Saat muncul responss emosional, tanyakan kepada diri sendiri mengapa Kita mengalaminya dan apa pemicunya.

Maka kita akan perlahan mengetahui apa yang inginkan dan bisa menyesuaikan hal-hal yang memang bisa kita dapatkan dengan mudah, sehingga kita akan merasa puas dengan hasil kerja dan karya kita.

6. Menggambarkan penampilan Kita

Selipkan waktu kita untuk sejenak menuliskan tentang diri kita, misalkan dari segi penempilan kita. Jika sudah selesai, baca lagi sambil menentukan apakah catatan Kita berisi hal-hal positif atau negatif. Jika Kita mendeskripsikan penampilan fisik dari aspek negatif, pikirkan cara menghargai tubuh Kita.

Penghargaan pada tubuh membuat Kita mampu menghargai berbagai aspek lain dalam kehidupan sehari-hari.

UBAHLAH PERSEPSI NEGATIF TENTANG DIRI SENDIRI MENJADI PERSEPSI POSITIF.

Contohnya, jika tahi lalat di dagu membuat Kita merasa minder, anggaplah hal ini sebagai daya tarik. Ingatlah bahwa banyak aktris memiliki tahi lalat yang membuat mereka terlihat lebih menarik. Berusahalah mengubah hal-hal tidak menyenangkan yang bisa diubah. Contohnya, jika Kita merasa tidak percaya diri karena berjerawat, berkonsultasilah dengan dokter kulit atau belajarlah merias wajah untuk menyamarkan jerawat.

MEMPERBAIKI KEPRIBADIAN

1. Menyadari peran Kita dalam kehidupan sehari-hari

Pada dasarnya setiap manusia paling bisa untuk memainkan sebuah peran dalam hidupnya. Misalnya sedang berada di dalam keluarga, di tempat kerja, dan di tengah masyarakat. Maka secara tidak langsung kita semua pasti secara otomatis memainkan peran dalam lingkungan tersebut. Cobalah untuk menuliskan peran apa saja yang kita mainkan di dalamnya. Kemudian setelah menulis semua peran Kita, jelaskan arti setiap peran bagi Kita, misalnya sebagai orangtua, teman, ketua tim, pemberi dukungan emosional, mentor/ pelajar, pemegang rahasia, kreator, pemberi solusi.

2. Tulislah hal-hal positif (vitals) yang Kita miliki

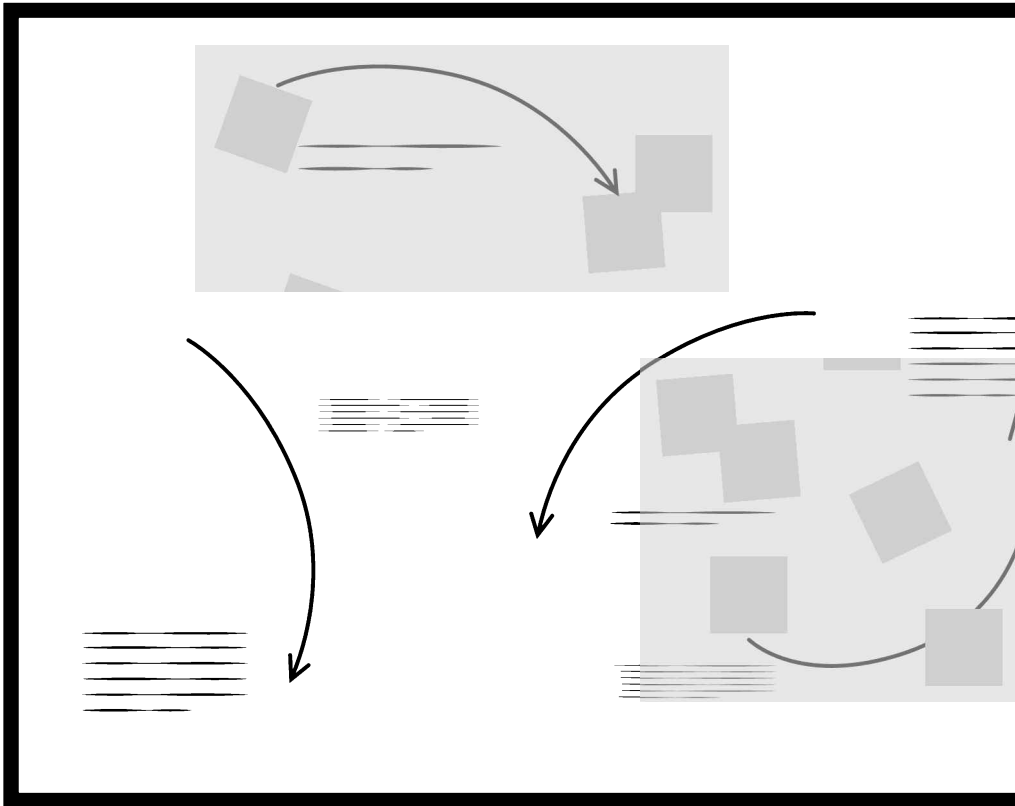
Berikut akan dijelaskan tentang apa itu vitals :

Vitals singkatan dari *value* (nilai keutamaan), *interest*(minat), *temperanments* (kekuatan), *activities* (aktivitas), *life goals* (tujuan hidup), dan *strengths* (kekuatan). Vitals biasanya berguna untuk mencatat hal-hal positif dari diri sendiri sesuai kategori tersebut.

› Nilai keutamaan: Bagi Kita, apa saja nilai yang harus dijunjung tinggi? Apa saja sifat yang Kita hargai dari diri sendiri dan orang lain? Apa yang memotivasi Kita melakukan sesuatu?

› Minat: Apa saja hal-hal yang memicu rasa ingin tahu? Apa yang Kita lakukan untuk mengisi waktu luang? Apa yang membuat Kita merasa kagum?

› Kepribadian: tulislah 10 kata yang menjelaskan kepribadian Kita.

› Aktivitas: Apa yang Kita lakukan sepanjang hari? Kegiatan apa yang paling Kita sukai dan tidak menyenangkan saat menjalani keseharian? Apakah Kita mempunyai rutinitas harian?

- Tujuan hidup: Peristiwa apa yang Kita anggap paling penting? Mengapa? Apa yang ingin Kita capai dalam 5 tahun ke depan? 10 tahun yang akan datang?
- Kekuatan: Apa kemampuan, keterampilan, dan bakat Kita? Apa yang menjadi kemahiran Kita?

MENJAWAB SOAL TES KEPRIBADIAN

Meskipun tes kepribadian tidak bersifat ilmiah, pertanyaan yang diajukan menuntut Kita memikirkan berbagai aspek yang membentuk karakter Kita. Beberapa situs web bereputasi baik menawarkan tes kepribadian, misalnya :

1. *Meyers-Brigg Type Indicator*
2. *Minnesota Multiphasic Personality Inventory (MMPI)*
3. *Predictive Index Behavioral Assessment*
4. *Big 5 Personality Assessment*

MINTALAH ORANG LAIN MEMBERIKAN UMPAN BALIK

Membentuk sebuah karakter dalam diri kita sebenarnya adalah cukup dengan kita menjadi diri kita sendiri apa adanya. Akan tetapi kita juga perlu menanyakan kepada orang lain tentang bagaimana diri kita dipandang oleh mereka seperti apa kepribadian atau sifat kita. Kitapun tidak perlu menerima begitu saja pendapat orang lain, karena komentarnya tentang diri kita juga tidak menentukan siapa kita, dan mungkin lebih banyak orang yang menerima kita apa adanya kita.

Akan tetapi ada yang perlu kita tanamkan juga, dengan berbagai komentar orang lain terhadap kita, secara tidak langsung merekapun membantu kita mengetahui berbagai hal tentang diri kita yang terkadang kita tidak menyedarinya.

BANDINGKAN KEPUASAN HIDUP YANG KITA RASAKAN DENGAN HASIL YANG DICAPAI

Setelah mengevaluasi kepribadian dan sifat Kita, manfaatkan pengetahuan yang diperoleh untuk menentukan apakah Kita mampu menghargai diri sendiri. Apakah kondisi Kita saat ini selaras dengan nilai keutamaan dan kepribadian Kita? Jika jawabannya ya, tentukan cara mengembangkan diri sesuai kepribadian Kita saat ini. Jika tidak, tentukan cara memperbaiki kepribadian dan kehidupan Kita.

Gunakan kelebihan Kita untuk merasakan kebahagiaan. Contohnya, jika Kita senang berkreasi dan melakukan pekerjaan

tangan, ikuti kursus membuat karya seni atau pelajari cara membuat kerajinan tangan yang Kita gemari.

JIKA INGIN MEMPERBAIKI KEPRIBADIAN, MANFAAT HAL-HAL YANG SUDAH KITA KETAHUI TENTANG DIRI SENDIRI UNTUK MENYUSUN RENCANA PRIBADI.

Contohnya, setelah mengetahui bahwa Kita adalah pribadi introver, tetapi ingin memiliki lebih banyak teman, mulailah bersosialisasi dengan bergabung dalam grup kecil. Berbagi waktu untuk orang lain membantu Kita menikmati kehidupan sosial yang menyenangkan.

MEMENUHI KEBUTUHAN

1. Menjaga kesehatan

Cara terampuh kita dalam menjaga kesehatan adalah dengan selalu memperhatikan pola makan, dan melakukan beberapa refleksi jika mengalami stress dan sibuk bekerja. Dengan kata lain kita juga harus memperhatika diri sendiri dari aspek fisik serta dan mental. Langkah ini membuat Kita mampu menerima diri sendiri apa adanya.

Selain itu berolahragalah setiap hari, misalnya dengan berlatih aerobika selama 20 menit atau berjalan santai di taman. Biasakan tidur malam 7-9 jam setiap hari. Terapkan pola makan yang menyehatkan dengan sebagian besar porsi makan terdiri dari buah-buahan dan sayuran segar serta biji-bijian utuh.

Selipkan waktu untuk merilekskan diri setiap hari, misalnya dengan bermeditasi atau melakukan aktivitas menyenangkan, misalnya merajut, mengisi TTS, atau membaca buku favorit. Supaya pikiran kita selalu nyaman dan tenang.

2. Seimbangkan kehidupan kerja dan pribadi

Kita harus bangga dengan diri kita bisa dan mampu bekerja. Karena dengan begitu juga banyak hal yang bisa kita syukuri karenanya. Karena bagaimanapun kita harus bangga juga terhadap diri kita dengna pekerjaan yang kita miliki. Akan tetapi bukan berarti kita lupa dengan kehidupan di luar pekerjaan kita. Untuk itu sisihkan waktu setiap hari untuk berfokus mencapai tujuan yang lain, menikmati hobi, dan melakukan hal-hal yang Kita minati. Pekerjaan memang penting, tetapi pastikan Kita juga memprioritaskan kesejahteraan hidup. Terapkan batasan saat bekerja agar pekerjaan tidak menghambat hubungan yang lain. Contohnya, jangan membalas surel yang tidak urgen di luar jam kerja.

BERI BATASAN DIRI TERHADAP ORANG LAIN

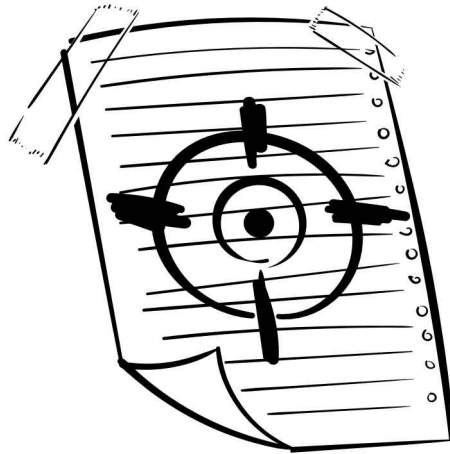
Cara membatasi diri untuk membuat hubungan dengan orang lain, memang akan terasa tidak menyenangkan. Akan tetapi ketika hal tersebut tetap kita lakukan dan memaksa diri kita untuk merasa nyaman dengan situasi tersebut maka hati kitapun tidak akan merasa nyaman. Untuk itu tanyakan kepada diri sendiri, situasi apa yang membuat diri kita tidak nyaman.

Contohnya, apakah Kita tidak betah berada di tengah banyak orang? Apakah guyonan tertentu membuat Kita terusik? Pikirkan apakah seseorang terlalu banyak menuntut atau memaksa Kita melakukan sesuatu yang tidak menyenangkan. Tolaklah permintaan atau tuntutan yang bertentangan dengan keinginan Kita.

MENENTUKAN TUJUAN HIDUP YANG MEMBUAT HIDUP BAHAGIA

Akan sangat penting sekali ketika dalam kehidupan kita, terlebih dahulu kita menentukan tujuan apa yang ingin kita capai. Tentukan beberapa sasaran yang membantu Kita mencapai impian hidup. Pastikan Kita menetapkan sasaran yang membahagiakan, bukan yang didasari oleh motif eksternal, misalnya uang atau gengsi. Akan tetapi untuk menghindari perasaan cemas ketika kita sudah menetukan tujuan kita, apabila tidak tercapai, maka biasakan diri dengan tidak terlalu memaksakan diri. Supaya semuanya pun berjalan biasanya dan baik-baik saja.

Contohnya, mulailah menulis buku dengan target menulis 500 kata per hari. Lakukan hal ini karena Kita senang menulis, bukan karena ingin menjadi penulis terkenal. Tentukan sasaran personal

yang mudah dicapai, misalnya meningkatkan keterampilan menghias keik sebelum tahun baru.

Jika ingin mencapai target akhir yang sangat tinggi, tentukan beberapa target antara yang membantu Kita mencapainya. Sebagai contoh, jika Kita bermimpi berlibur keliling Eropa, buatlah rencana agar Kita mulai menabung, membeli tiket, dan menyusun jadwal perjalanan.

MENYESUAIKAN KEINGINAN DAN KEBUTUHAN HIDUP KITA

Kita perlu melakukan refleksi atau peregangan terhadap kehidupan kita. Apakah keinginan Kita berubah? Apakah terjadi hal baru sehingga Kita perlu mengubah prioritas? Mengenal diri sendiri adalah proses yang berkelanjutan. Karena setiap proses pengenalan diri akan selalu berkesampingan dengan sebuah proses yang berkaitan dengan keinginan dan kebutuhan hidup kita.

Dengan cara kita menuliskan catatan-catatan harian tentang diri kita akan sangat membantu perubahan terhadap kita kedepannya. Karena dengan menuliskan sesuatu yang berkaitan dengan diri kita maka kita akan tahu perubahan kebiasaan yang terjadi pada diri kita. Selain itu, setelah terjadi perubahan besar dalam kehidupan sehari-hari, misalnya pindah kerja atau pindah

rumah, Kita perlu melakukan evaluasi karena rutinitas, kebiasaan, dan kebutuhan biasanya ikut berubah.

Jika kebiasaan tidak mendukung tercapainya keinginan atau target yang Kita tentukan, Hentikan saja! Gantilah dengan aktivitas bermanfaat yang membantu Kita mencapai tujuan hidup.

***

> “ MENURUT PANDANGAN ARISTOTELES, MENGENAL DIRI SENDIRI MERUPAKAN AWAL DARI SEBUAH KEBIJAKAN. ”

Kebijakan dalam hidup adalah pada saat kita mampu mengambil sebuah keputusan dalam hidup ketika kita sedang berada dalam sebuah kebimbangan atau masalah. Akan menjadi sebuah pelajaran besar dalam kehidupan kita ketika kita sudah mampu mengambil sikap kebijakan. Dengan begitu kita juga akan membentuk sebuah karakter dalam diri kita.

Bagaimana kita menjadi orang yang lebih bijak. Bijak di sini adalah bukan hanya dalam satu hal. MISALKAN BIJAK MENERIMA INFORMASI. Ketika kita mendengar berita dari sebuah media sosial, dan kita tidak langsung percaya, dengan kata lain kita harus melihat kenyataannya dahulu faktanya dilapangan, apakah seperti ini atau tidak.

SELANJUTNYA ADALAH BIJAK DALAM MEMILIH, karena setiap orang pasti pernah mengalami sebuah pilihan entah itu dua atau tiga atau berapa pun yang pasti itu sebuah pilihan. Dan ketika kita sudah berhasil memilih sesuatu yang baik, karena sebelumnya kita sudah mengetahui dampak-dampak dari pilihan yang lain. Maka kita sudah bisa menjadi orang yang bijak ketika pilihan kita sudah tepat.

KEMUDIAN, BIJAK DALAM BERSIKAP. Hal ini merupakan aktivitas kita dalam sehari-hari. Karena kita setiap hari kita akan selalu berinteraksi dengan orang lain, kita juga akan terus berinteraksi dengan orang banyak. Kalau saja kita salah dalam mengambil sebuah tindakan kepada orang lain, maka orang lain juga akan mengambil sikap terhadap kita. Entah itu pandangan positif atau negatif itu tergantung orangnya.

5 CARA MENJADI ORANG YANG BIJAK

1. berpikir dahulu sebelum bertindak

Jangan sampai kita merasa menyesal ketika kita sudah melakukan sesuatu. Untuk itu kita harus berpikir dahulu sebelum bertindak. Kira-kira ketika kita melakukan sesuatu akan merugikan diri kita sendiri atau tidak. Jika kita melakukan sesuatu karena gegabah dan terburu-buru kemungkinan besar kita juga akan merasa menyesal dan melakukan suatu kesalahan. Untuk itu menjadi pribadi yang bijak kita harus berpikir dahulu sebelum bertindak. Dan jika itu akan menjadi sesuatu hasil yang positif maka lakukanlah.

2. melihat sesuatu dari berbagai sudut pandang

Misalkan ada seorang teman meminta saran tentang masalahnya. Pada saat sebelum kita memberikan solusi, kita harus berpikir dari erbagai sudut pandang. Jangan melihat sesuatu dari sudut pandang yang sempit, akan tetapi lihatlah dari sudut pandang yang luas. Misalkan dari sudut pandang temannya, dirinya, lingkungannya. Dan untuk menjadi seorang yang bijak maka kita harus memahami betul permasalahan yang terjadi dan kemudian melihat dari sudut pandang yang berbeda. Jangan melihat dari salah satu sudut pandang saja.

Orang bijak itu adalah orang yang tidak pernah menyalahkan salah satu pihak. Maka berikanlah solusi terbaik dengan cara memposisikan kita berada di tengah dan tidak memihak salah satu diantara mereka.

3. menambah wawasan dan pengetahuan

Otak kita perlu terus di upgrade, karena perkembangan jaman akan terus terjadikan diri kita haus dengan wawasan dan pengetahuan. Terlebih misalkan pada tahun ini kita sudah menguasai berbagai macam hal, akan tetapi ketika kita terus menerus berada dalam titik yang sama, tanpa mengikuti

perkembangan jaman maka kita juga akan tertinggal. Karena akan terjadi perkembangan wawan dan pengetahuan secara terus menerus pada setiap hari, dan tahun-tahun berikutnya.

Jangan sampai kita menjadi orang yang tertinggal oleh wawasan dan pengetahuan karena kita sudah merasa sudah pintar. Agar wawasan dan pengetahuan kita tidak tertinggal maka kita juga harus terus mengupgrade diri kita sesuai dengan kemajuan jaman dan teknologi pada jaman selanjutnya.

4. bersikap terbuka terhadap kritikan dari orang lain

Pada dasarnya sebuah kritik dan *hate* terhadap sesuatu itu merupakan suatu hal yang berbeda. Karena pada setiap kritikan akan selalu ada sisi positif yang bisa kita ambil. Akan tetapi sebaliknya sbuah *hate* tidak akan ada sisi positif di dalamnya.

Maka dari itu, kita harus bisa membedakan mana seseorang yang pandai dalam memberikan sebuah kritikan dan seseorang yang nge *hate*.

5. tidak menyesali hal yang sudah terjadi, melain menjadikan sebuah pelajaran

Seperti yang kita bahas sebelumnya, sebelum kita melakukan sesuatu kita harus memikirnya dahulu apa yang akan kita lakukan supaya kita tidak menyesal dikemudian harinya. Dan untuk menjadi seorang yang bijak, ketika sedang menghadapi sebuah masalah dia tidak akan menganggap masalah itu sebuah kesialan, melainkan itu merupakan pelajaran.

Karena ketika kita tidak mempunyai masalah maka kita tidak akan bisa berkembang. Mungkin terkadang kita menjadi seorang yang membantu orang lain mencarikan solusi terhadap masalahnya, akan tetapi kita tidak bisa merasakan secara langsung bagaiamana cara menyelesaikan masalah itu sendiri. Untuk itu, ketika kita mendapatkan sebuah masalah, maka cobalah untuk diri kita mampu menyelesaikan masalah itu sendiri. Karena memang guru terbaik dalam sebuah pembelajaran dalam hidup adalah sebuah pengalaman, entah itu baik atau pun buruk.

BANYAK ORANG YANG BERPIKIR KETIKA KITA MENGENAL BANYAK ORANG MAKA KITA AKAN MEMPERLUAS JARINGAN KITA DALAM KEHIDUPAN.

Akan tetapi tanpa kita sadari terkadang kita akan menjadi lupa untuk membentuk karakter dalam diri kita, karena kita akan menjadi terlalu sibuk memikirkan pendapat orang lain tanpa kita akan mengetahui bagaimana diri kita sebenarnya.

Banyak orang juga tidak mengenal dirinya sendiri. Maksudnya bukan dari segi biodata kita, misalkan nama kita siapa, lahir di mana, tinggal di mana, orangtua kita siapa? Melainkan diri sendiri, bagaimana kita memahami diri kita, bagaimana kita memahami *skill* dan kemampuan kita. Kemampuan dan keahlian yang dimiliki semua orang mungkin sama, tetapi mereka memiliki keunikan yang berbeda. Dan dari keunikan yang berbeda ini, yang akan memberikan nilai kepada diri kita sehingga orang lain mampu melihat diri kita berharga dan kelebihan.

Contohnya, Saya bisa berbicara, dan orang lain juga bisa berbicara. Tetapi bagaimana cara Saya berbicara akan tidak sama

dengan orang lain ketika berbicara. Dan itu akan menjadi sebuah keunikan yang bisa dilihat oleh orang lain.

Selain itu, misalkan Anda adalah seorang penyanyi, dan ada juga orang lain yang bisa menyanyi. Akan tetapi ciri khas suara yang Anda miliki akan berbeda dengan suara yang dimiliki oleh lain. **NAH, DARI PERBEDAAN ITULAH AKAN MENJADI KEUNIKAN JUGA AKAN BISA MEMBENTUK KARAKTER DIRI KITA UNTUK BISA LEBIH MAJU LAGI DALAM SEBUAH PRESTASI.**

6

BERTUMBUHLAH BERSAMA MIMPI

Setiap orang pasti mempunyai mimpi yang positif di kehidupan kelak. Ada orang yang bermimpi untuk menjadi sukses, menjadi orang terkenal atau menjadi orang yang kaya raya. Tapi kadang impian kita itu menjadi bahan ejekan dan cemoohan orang-orang di sekitar kita. Bahkan seringkali para orangtua kita mengatakan, janganlah bermimpi yang terlalu tinggi, karena bila hal itu tidak tercapai kita bisa mengalami stres dan depresi.

Banyak buku cerita inspirasi yang kita baca dari orang-orang terkenal dan sukses, dan mereka menceritakan bahwa kesuksesannya berawal dari sebuah mimpi. Akan tetapi, bukan bermimpi di saat mereka tertidur, tapi mimpi yang dimaksud adalah sebuah angan-angan dan harapan mereka atau juga cita-cita yang mereka dambakan. Mereka berani berangan-angan menjadi orang sukses dan mencari cara untuk mendapatkannya.

Berikut enam alasan pentingnya mempunyai mimpi besar.

1. Mempunyai visi

Mimpi akan membantu kita untuk memahami dan mengetahui apa yang akan kita capai dalam kehidupan kita kelak. Hal ini akan membantu kita dalam memahami apa sebenarnya tujuan hidup kita. Dengan mengerti tujuan hidup yang hendak kita capai, kita akan bisa lebih fokus dan mengatasi segala hambatan yang mungkin menghalangi impian kita tersebut.

2. Mempunyai tujuan hidup

Pemimpi besar akan mengetahui tujuan sebenarnya dari hidup mereka itu apa. Sebagai hasilnya mereka akan puas dan bahagia dengan kehidupannya. Mempunyai mimpi yang besar membutuhkan kekuatan yang besar untuk mewujudkannya, berikut juga kepercayaan diri dan motivasi yang kuat.

3. Membuka ide atau pemikiran baru

Jika kita mempunyai mimpi besar, kita pasti akan fokus mewujudkan dan mencari semua cara untuk bisa meraihnya. Bila kita mengalami kegagalan dengan sebuah cara, kita akan

segera mencari jalan lain yang lebih baik dan segera mencari jalan lain yang lebih baik dan segera bangkit dari kegagalan. Hal itu karena kita mempunyai semangat yang kuat untuk mewujudkan impian kita tersebut.

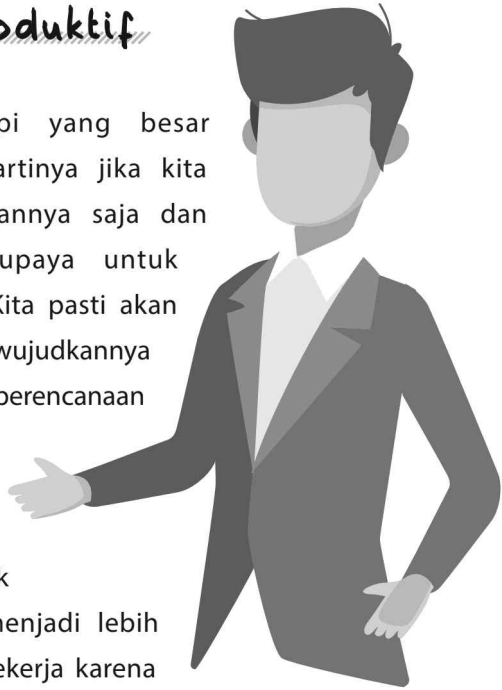
4. Membuat Kita keluar dari zona nyaman

Mimpi besar adalah langkah awal menuju kesuksesan. Untuk dapat mewujudkannya, kita pasti akan melakukan segala upaya dan salah satunya akan memaksa kita keluar zona nyaman yang kita nimati saat ini. Kita akan berani mencoba tantangan baru dengan segala permasalahannya, dan hal tersebut membuat kita lebih bersemangat.

5. Meningkatkan percaya diri

Berani bermimpi besar dan membuat upaya untuk mewujudkan hal itu, membuat kita kuat, terfokus, dan sangat percaya diri. Apalagi dengan perencanaan yang matang dan terorganisasi, membuat kita pasti lebih mantap dalam mencapai mimpi kita.

6. Semakin produktif

Sebuah mimpi yang besar tidak akan ada artinya jika kita hanya memimpikannya saja dan tidak memiliki upaya untuk mewujudkannya. Kita pasti akan bergerak untuk mewujudkannya dengan melakukan perencanaan dan tindakan yang mengarah pada tujuan kita tersebut. Mau tidak mau, kita akan menjadi lebih produktif dalam bekerja karena semangat kita untuk mencapai impian. Kita juga akan menjadi kreatif dan tidak mudah pesimis bila memperoleh kegagalan.

Demikian tips 6 alasan agar kita berani bermimpi menjadi orang sukses.

Www. pertamakali. com

***

Beranilah untuk bermimpi. Yakinkan diri tentang mimpi Anda, kejarlah dan mimpi itu akan jadi sebuah kenyataan. Sebuah kalimat yang sangat menyenangkan untuk diucapkan dan membesarkan hati bagi yang mendengarkan. Namun berbicara tentang sesuatu, tidaklah sama ketika kita mengerjakannya.

Sebelum berlanjut tentang langkah langkah apa yang harus dilakukan untuk meraih impian kita, maka perlu kita pahami terlebih dulu tentang arti dan makna sebuah impian. Bermimpi di sini tentu saja tidak dimaksudkan dengan mimpi sewaktu kita tidur. Melainkan sebuah harapan yang ingin kita capai di dalam perjalanan hidup.

Sebuah impian adalah sesuatu yang kita harapkan, yang menurut logika adalah mustahil. Apa yang bisa dirancang dengan pendapatan kita per bulannya, bukan sebuah impian, melainkan sebuah rencana. Impian adalah keinginan yang ingin kita capai, yang bila diukur dengan logika dan matematika adalah sesuatu yang tidak masuk akal.

Sebagai contoh pengalaman hidup saya, ketika hidup kami sendiri masih morat-marit sehingga tidak jarang untuk makan saja harus berhutang, tapi kami berani bermimpi, bahwa suatu waktu anak-anak kami yang kelak akan lahir, akan kami sekolahkan di luar negeri. Hal ini jelas tidak sejalan dengan ilmu matematika. Karena atas dasar apa, kami berani berharap dan bermimpi, bahwa kami akan mampu menyekolahkan anak-anak ke luar negeri,

Namun di sinilah letak kunci atau password-nya. Karena bagi orang yang mematok hidupnya hanya sebatas logika saja, maka hidupnya pun takkan pernah melampaui akan apa yang dapat dihitungnya dengan matematika.

Tipe orang orang yang mengandalkan logika semata, cukup banyak kita temui di sekeliling kita. Contohnya adalah banyaknya sarjana yang masih menganggur serta hidup pas-pasan.

SEBUAH IMPIAN DAN PENCAPAIANNYA

Ada hal penting yang perlu dipahami, bahwa antara sebuah impian dengan terwujudnya menjadi sebuah kenyataan, terdapat sebuah jarak atau rentang waktu. Yang bisa saja jangka waktu pendek atau pun panjang, terpulang dari upaya dan tekad kita untuk meraihnya.

Sebuah harapan adalah himpunan energi. Dan energi adalah kekuatan. Kekuatan inilah yang menyebabkan orang mampu bertahan terhadap segala penderitaan demi terwujudnya apa yang diimpikannya.

Impian yang kecil tidak cukup kuat untuk membuat kita bergairah mengenjarnya. Jadi berani untuk bermimpi besar adalah suatu harga mati, bagi yang ingin mencapai perubahan yang cukup signifikan dalam hidupnya. Tanpa hal ini, maka hidup akan menjadi monoton dan membosankan.

LANGKAH-LANGKAH YANG HARUS DILAKUKAN

1. Berani bermimpi yang besar
2. Setiap orang berhak memiliki impian masing-masing.
3. Memberi target bagi diri sendiri
4. Kerja keras dan fokus
5. Jangan pernah menyerah

Memahami bahwa untuk meraih impian kita, maka kegagalan adalah bagian yang utuh dari sebuah kesuksesan. Bila tidak berani menanggung risiko gagal. Maka jangan harap akan pernah meraih sukses.

> Bahwa sukses atau tidaknya seseorang dalam mewujudkan impiannya, bukan tergantung pada kehebatannya, melainkan pada tekad dan kerja keras yang luar biasa.

Setiap orang memiliki hak yang sama dalam menentukan kesuksesannya masing-masing, dan memiliki hak yang sama dalam pencapaian apapun dalam hidupnya. Nasib ada di tangan kita, tak seorang pun dapat mengubah nasib kita, kecuali kita sendiri. Jangan lupa meratapi nasib tidak akan membawa hasil apa pun. Satu satunya jalan adalah mengubahnya, yaitu dengan mengubah cara kita berpikir bahwa segala sesuatu itu akan menjadi mungkin bila kita yakini dan sebaliknya menjadi tidak mungkin bila kita tidak memercayainya. Pilihan ada di tangan kita. Kita berhak memilih hidup seperti apa yang ingin kita jalani, namun jangan lupa bahwa apa yang kita pilih akan menjadi hidup kita.

Semarang, 28 April 2014 Tjiptadinata Effendi

Memiliki mimpi selalu digadang-gadang sebagai salah satu gerbang menuju kesuksesan. Tidak hanya satu, hampir semua motivator andal percaya dengan kekuatan mimpi ini. Anda penasaran gak sih kenapa mimpi dibilang sebagai salah satu kunci utama menuju sukses?

1. Karena mimpi membuat kita punya tujuan yang ingin dicapai

Pertama, dengan memiliki mimpi Anda akan punya tujuan yang jelas. Mimpi itu bisa berupa barang, misal Anda ingin membeli rumah, atau bisa juga dalam bentuk balas jasa pada orangtua seperti memberangkatkan mereka umroh, dan lainnya. Mimpi ini, jika disertai keyakinan yang kuat dan komitmen untuk mewujudkannya, maka percayalah, suatu saat Anda bisa mewujudkannya.

2. Bermimpi disertai dengan usaha untuk mewujudkannya, akan membuat semesta mendukung tanpa kita sadari

Sudah tau tentang hukum semesta? Banyak orang yang meyakini bahwa semesta tau apa yang ada di pikiran Anda dan perlahan akan mendukungnya. Disadari atau tidak, hal ini memang benar adanya. Jika Anda yakin, entah itu karena sugesti atau memang begitulah adanya, suatu saat mimpi Anda akan menjadi nyata.

3. Mimpi yang kuat dan selalu kita tanamkan di benak akan menjadi motivasi untuk kembali bangkit saat kegagalan terjadi

Untuk mencapai sebuah tujuan, terutama tujuan yang besar, tentu tidaklah mudah. Jika mudah, maka Anda tidak akan mensyukuri hasil akhirnya nanti kan? Makanya, suatu kewajaran jika akan ada beberapa kegagalan yang terjadi. Nah, di sinilah mimpi berperan besar dalam hidup Anda. Dengan mimpi itu, tujuan kuat yang selalu Anda tanamkan dalam benak Anda dan Anda pikirkan setiap malam dalam doa-doa Anda, Anda akan mampu bangkit dari kegagalan tersebut dan mewujudkan mimpi Anda.

4. Berani bermimpi hanya dilakukan oleh orang yang berani sukses

Mimpi merupakan hal sepele yang sering dilupakan orang yang ingin sukses. Mereka tidak punya tujuan jelas tentang makna sukses tersebut, sehingga kesuksesan tidak pernah benar-benar menghampiri mereka. Sementara bagi orang yang memiliki mimpi, mereka memiliki ambisi yang kuat dan jiwa pantang menyerah karena tau apa yang ingin dituju dan pencapaian apa yang ingin mereka raih. Makanya, jangan pernah takut untuk bermimpi.

5. Karena bermimpi sendiri merupakan satu langkah lebih maju menuju kesuksesan

Langkah pertama untuk sukses adalah dengan bermimpi. Memiliki impian yang jelas merupakan step pertama yang tidak bisa Anda abaikan begitu saja. Paling tidak, dengan memiliki mimpi, Anda sudah selangkah lebih maju dibanding orang lain yang hidupnya hanya berjalan mengikuti arus air.

https://www. idntimes. com/life/inspiration/daysdesy/5-alasan-kenapa-mimpi-sering-disebut-sebagai-modal-utama-untuk-sukses-c1c2-1/full

Terkadang, banyak orang yang meremehkan dengan berpikir, meremehkan berangan-angan, meremehkan bermimpi. Bahkan banyak orang yang beranggapan, "*only dreaming, no action,* mana bisa?" akan tetapi pemahaman seperti itu keliru. Karena belum memahami bagaimana pikiran bekerja, bagaimana diri kita bekerja. Banyak tulisan, banyak orang yang lebih menekankan kepada aksi, kepada *action*. Padahal berpikir, berangan-angan bermimpi itu juga "*action*" lho. Meskipun terlihat diam, belum tentu itu diam, bisa juga sedang bergerak. Belajarlah juga untuk tidak meremehkan orang lain.

Berikut sedikit cerita tentang bagaimana kita menjadi apa yang kita percaya.

Ada sebuah cerita tentang satu telur elang yang menggelinding secara tidak sengaja ke sangkar ayam yang juga sedang mengerami telur ayam. Pada suatu hari, ada sebuah sarang elang yang berada di lereng bukit, pada sarang tersebut terdapat 5 butir telur elang yang sedang dierami oleh induknya. Akan tetapi pada suatu hari telah terjadi gempa kecil yang terjadi di lereng bukit tersebut, hal tersebut menyebabkan 1 butir telur atau salah satu butir telur tersebut terpental dari sarangnya dan terjatuh

menggelinding ke bawah. Telur tersebut cukup kuat sehingga tidak pecah ketika menggelinding kebawah. Beruntungnya ketika bergelinding kebawah, telur tersebut justru masuk ke dalam sebuah sangkar ayam. Di dalam sangkar tersebut terdapat seekor ayam betina yang sedang mengerami telur telurnya. Melihat ada sebutir telur didekatnya ayam betina itu justru berpikir kalau telur itu adalah salah satu telur ayam miliknya, sehingga dia memasukkan telur tersebut dan mengeraminya bersamaan dengan telur telur dia yang lainnya.

Beberapa hari kemudian menetaslah satu persatu telur telur yang dikerami oleh induk ayam betina tersebut. Diantara anak anak ayam yang baru saja menetas ada satu ekor yang berbeda diantara anak anak ayam yang lainnya. Satu ekor tersebut ialah seekor anak elang yang telah terpisah dengan dari induknya semasa dia masih sebuah telur dan kemudian dia dikerami oleh ayam betina. Ketika ia terlahir di lingkungan keluarga ayam. Lama kemudian Elang kecil itu, tumbuh bersama anak-anak ayam lainnya. Dan si Elang kecil itupun percaya bahwa ia adalah seekor anak ayam. Ia juga mencintai sangkar dan induk ayam, namun, ada keinginan lain di hati kecilnya.

Elang kecil itu, suatu ketika, melihat elang-elang besar yang sedang mengepakkan sayapnya yang indah di angkasa. Ia kagum sekali dengan kegagahan mereka.

"Aku dapat terbang seperti burung burung itu." ucapnya sambil menatap langit.

Mendengar ucapan elang itu, anak anak ayam tertawa sambil meledek si elang kecil itu.

"Hahaha. . Kita jangan bermimpi untuk bisa terbang seperti mereka, Kita itu seekor ayam, dan ayam tidak akan bisa terbang seperti burung burung itu!" ucap anak ayam.

Anak-anak ayam tersebut terus menertawakan si elang kecil itu, tapi si elang itu tetap saja menatap ke arah langit memkitangi kekaguman burung burung elang yang terbang dengan gagah.

Setiap hari si elang kecil itu terus melihat burung-burung elang yang sedang terbang dengan gagahnya, dan ia terus berkitai kitai untuk bisa terbang tinggi seperti burung burung itu, tapi setiap hari juga dia selalu di ejek dengan keluarga ayamnya.

Karena setiap hari dia selalu di ejek oleh anak anak ayam serta di nasehati oleh induk ayam bahwa dia hanya seekor ayam yang tidak mungkin bisa terbang membuat si anak elang kecil tersebut menjadi pesimis akan mimpinya tersebut. Dengan banyaknya ejekan dan nasihat yang sering dia dengarkan membuat si elang tersebut menghentikan dan melupakan mimpinya dan hidup seperti layaknya ayam biasa. Setelah sekian lama dia hidup menderita menjadi seekor ayam akhirnya lama kelamaan elang kecil tersebut mati.

http://www. sipolos. com/menjadi-apa-yang-kita-percayai/

Dalam hidup kita tidak akan dapat memilih siapa yang melahirkan kita, dan hidup di keluarga apa ketika baru lahir. Tapi kita harus percaya bahwa, ketika kita dilahirkan di dunia ini, kita terlahir dalam keadaan yang sama dengan bayi lainnya. Ketika orang lain bisa menjadi sesuatu yang mereka impikan tentunya kita juga dapat mewujudkan mimpi kita juga.

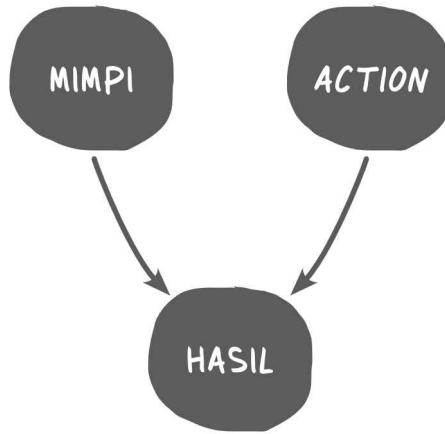
Karena kita hidup kita semua sebagai manusia memiliki hak dan kewajiban sama. Untuk itu jangan pernah mengeluhkan sesuatu dalam kehidupan ini, karena bagaimana pun kita semua

akan menjadi seseorang yang sukses dengan cara dan waktunya masing-masing. Dan kita mampu memanfaatkan waktu hidup kita untuk selalu melakukan hal-hal yang mendukung tingkat keberhasilan hidup kita dengan cara yang baik menurut kita.

HIDUP ITU SIMPEL SEBENARNYA.

Karena dengan cara kita melakukan hal-hal yang baik menurut kita, maka kebaikan juga akan mengikuti kita. Begitu juga dengan berbagai mimpi yang kita impikan, akan terwujud jika memang kita terus berusaha untuk mendapatkannya.

Tujuan hidup bukanlah sebuah titik yang biasa-biasa saja dan bisa Anda capai dengan mudah tanpa usaha keras. Jika dia diibaratkan sebagai pegunungan, maka ini adalah puncak tertinggi yang pernah di catat di dunia dan Anda harus mencapainya. Berjuanglah dengan sekuat tenaga untuk mencapai tujuan hidup dan mimpi-mimpi Anda, sebab hidup akan selalu menuntut yang seperti itu.

Akan tetapi jangan itu sebagai beban atau halangan. Jangan melihat kesulitan untuk mencapai mimpi Anda akan tetapi nikmatilah proses dalam pencapaian kesuksesan hidup Anda. Tidak akan menjadi sia-sia ketika hidup Anda pun beriringan dengan mimpi Anda. Bermimpilah kemudian buktikan.

Dari gambar tersebut bisa dijelaskan bahwa sebuah hasil bisa kita peroleh dengan dua cara yaitu mimpi dan *action*. Sudah dijelaskan pada pembahasan sebelumnya bahwa kita hidup harus bergerak, harus *take action*. Jika mimpi Anda Anda biarkan tanpa sebuah pergerakan dari kita sendiri maka hasil nya pu tidak akan ada.

Dan jika hanya sebuah *action* saja, tanpa kita tahu tujuan dari hidup kita apa. Maka kehidupan kitapun tidak akan memiliki sebuah tujuan dan hasil. Untuk itu kita harus bisa mewujudkan sebuah hasil tersebut dengan keterlibatan dua hal itu. Yaitu sebuah mimpi dan *action*.

CARA MUDAH UNTUK MENGUBAH MIMPI MENJADI KESUKSESAN

Cara menjadi orang yang sukses adalah dengan cara memimpikan diri sendiri untuk menjadi kaya, sukses dan mencapai cita-cita. Akan tetapi hanya dengan bermimpi besar tidaklah cukup, perlu diiringi dengan usaha dan kesungguhan supaya mimpi tersebut menjadi kenyataan.

Sebagai contoh pada laman *Entrepreneur. com,* Sabtu (28/11/2015) Matt Mayberry, seorang motivator dan pengusaha sukses menceritakan apa yang sebenarnya harus orang-orang lakukan agar mampu mewujudkan impian mereka menjadi nyata. Dalam cerita Mayberry mengungkap bahwa sebenarnya orang yang mampu bermimpi dan orang-orang yang mampu mewujudkan mimpinya itu memiliki kemampuan yang sama.

Setiap individu di dunia ini memiliki kemampuan uniknya masing-masing. Perbedaan hanya terletak apakah Anda mau memakai semua kemampuan yang dimiliki untuk mewujudkan apa yang diinginkan.

#199

POLA PIKIR DAN PENGETAHUAN

Pola pikir positif dan pengetahuan merupakan sebuah atribut dalam kehidupan untuk mengubah mimpi menjadi kenyataan. Karena banyak dari kita lupa tentang pola pikir dan pengetahuan. Dan faktor kegagalan dalam hidup bisa terjadi karena lupa dengan dua atribut tersebut.

Ketika kita memiliki pola pikir yang mantap dan jelas maka step dalam kesuksesan akan semakin dipermudah. Asalkan kita tetap percaya dengan pola pikir yang kita miliki. Jangan mudah terpengaruh dalam menerapkan pola pikir kita dengan lingkungan kita. Karena walau bagaimanapun pengaruh lingkungan dalam mengubah pola pikir sangat besar. Untuk itu kita harus memiliki pemikiran yang seimbang dalam penentuan pergaulan kita sehari-hari.

Memiliki pengetahuan yang tepat, sebenarnya cukup sederhana. Anda dapat belajar keterampilan dan strategi yang diperlukan untuk melaksanakan tugas yang telah Anda atur sebelumnya.

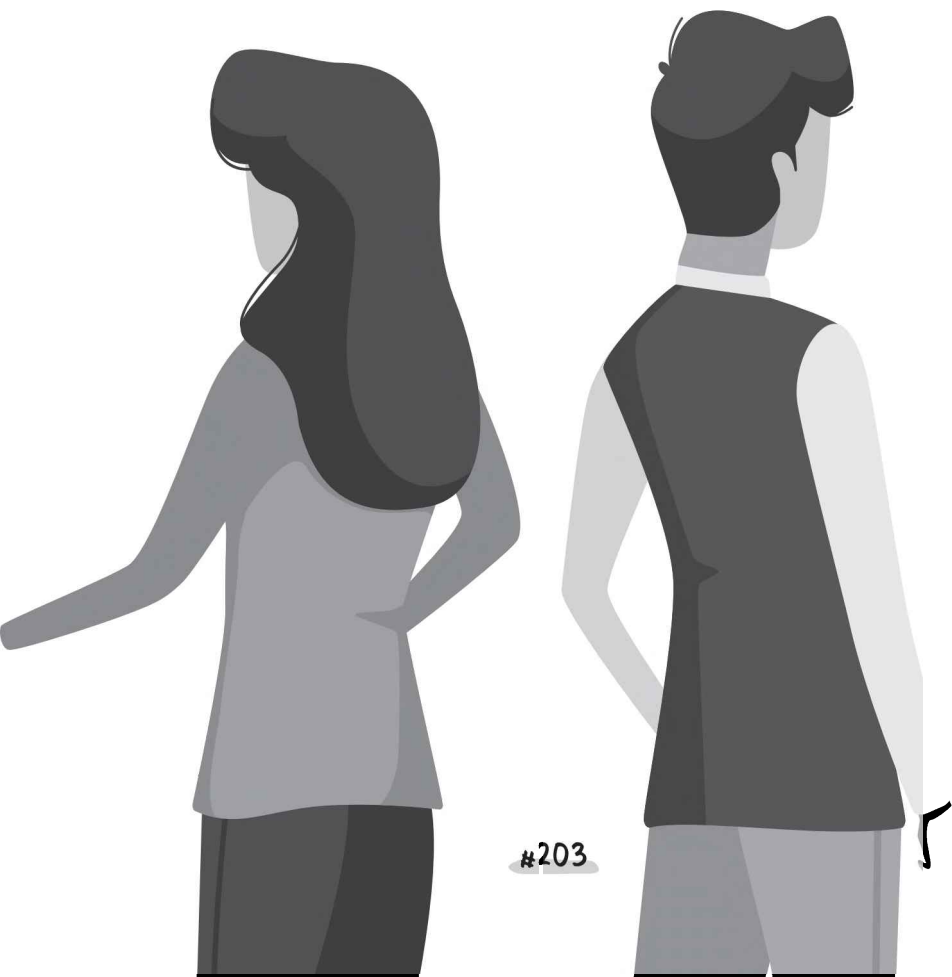
MEMILIKI *MINDSET* JUARA BERARTI BAHWA ANDA HARUS SANGAT TERMOTIVASI, MEMILIKI DETERMINASI DAN KEMAUAN YANG KUAT. UNTUK ITU DIBUTUHKAN PENGORBANAN.

LAKUKAN SAAT INI JUGA

Hal paling tidak mudah kita lakukan adalah memulai. Kita sering berkeinginan untuk bisa menghasilkan sesuatu akan tetapi kita malas untuk memulai. Dan yang menjadi penyebab para pemimpi gagal merealisasikan mimpinya adalah gagal dalam memulai. Banyak para pemimpi cenderung untuk menunda dan mengandalkan hari esok. Akhirnya mereka hanya bisa berdiam diri dan menjadi penonton bagi mereka yang sukses mewujudkan mimpinya.

Pentingnya dalam memanfaatkan kesempatan, adalah dengan tidak membiasakan diri untuk menunda kebiasaan. Hanya dengan memulai maka Anda telah bersiap diri dan percaya bahwa Anda dapat menghadapi tantangan apa pun. Dengan memulai maka sebuah momentum telah diciptakan yang dapat membawa diri Anda ke arah kesuksesan.

Ketika orang lain masih bergumul dengan mimpinya, Anda sudah melangkahkan kaki jauh ke depan untuk mewujudkannya. Jangan biarkan kegagalan, rasa takut serta cibiran dari berbagai pihak menghalangi Anda untuk menggapai mimpi yang dimiliki.

Anda hanya memerlukan sebuah langkah kecil dan sederhana untuk memulai melakukan apa yang harus Anda lakukan. Tidak ada salahnya bermimpi besar, justru orang-orang sukses di dunia ini lahir dari mimpi-mimpi besar yang mereka miliki dari dulu.

H
KESIMPULAN

Kegagalan adalah sebuah kesuksesan yang tertunda, kalimat itu sering muncul ketika kita sedang berusaha menumbuhkan semangat dari dalam diri untuk terus bangkit dan berjuang dari sebuah kegagalan dan meraih kesuksesan. Oleh karena itu, kita pun harus yakin bahwa kesuksesan yang tertunda merupakan suatu hal yang nantinya pasti akan terwujud. Sebuah kesuksesan akan menjadi sebuah cerita perjalanan hidup yang menarik karena sebuah kegagalan. Maka jangan sampai kegagalan itu menjadikan kita pribadi yang tertinggal, karena kita tidak segera bangkit dan memperbaiki kegagalan tersebut.

SUKSES ADALAH KEPASTIAN. MASALAHNYA ADALAH TERLETAK BERAPA LAMA KITA AKAN MENJADI SUKSES.

"

Banyak orang yang ingin sukses tapi dia tidak mau *action*. Banyak orang yang ingin sukses tetapi dia hanya menunggu. Banyak orang yang sukses dia hanya berangan-angan saja. Ketika kita hanya seperti itu maka kita tidak akan sukses. Karena sukses bisa kita raih dengan *action*.

Segala bentuk kegagalan dan perasaan sakit hati, patut kita terima, akan tetapi jangan dijadikan sebuah patokan dalam hidup, bahwa kita akan terus mengalami hal itu terus menerus. Justru

malah sebaliknya, roda kehidupan tidak akan pernah berhenti ketika kita memang terus menjalankan roda itu.

Kalau ada pertanyaan tentang, apakah lingkungan memengaruhi kesuksesan dalam hidup kita? Jawabannya adalah, IYA. *Kok* bisa? Bergaulah dengan mereka yang bisa memberikan Anda solusi ketika Anda dalam masalah, bergaulah dengan mereka yang bisa selalu mengingatkan Anda tentang apa pun, bergaulah dengan orang yang bisa memotivasi Anda dalam kehidupan.

Beberapa penyebab kegagalan :

» Ketahui dan kenali orang yang iri hati

» Berani menolak permintaan orang lain

» Bedakan masa lalu dan masa sekarang

» Fokuslah pada tujuan

» Tinggalkan apa pun yang membuat kita stres

Beberapa hal yang kita butuhkan dalam mencapai kesuksesan dan bangkit dari kegagalan adalah tidak pernah menyerah sebelum tujuan kita belum tercapai. Karena akan selalu ada jalan untuk memudahkan kita meraih tujuan kita. Tetap fokus dan komitmen terhadap diri kita sendiri bahwa kita mampu dalam mencapai tujuan.

EPILOG

KEGAGALAN SEBENARNYA ADALAH SAHABAT DARI KESUKSESAN.

Dalam buku ini kalian akan tahu, bagaimana cara kita menyikapi sebuah kegagalan dan mengubahnya menjadi sebuah kesuksesan. Karena tidak yang tidak mungkin dalam hidup ini.

Dengan buku ini, kalian akan tahu siapakah diri kalian sebenarnya, bagaimana cara diri kalian mengenal diri sendiri dan bagaimana menikmati kehidupan ini dengan perasaan yang gagal sekaligus mengajak kalian untuk terus menggapai kesuksesan yang sebenarnya.

Ketika "gagal" menjadikan diri kalian putus asa, kecewa dan menyerah, hidup kalian akan menjadi semakin terpuruk dan tidak ada kemajuan. Hal itu hanya akan menimbulkan berbagai pikiran-pikiran negatif yang akan membuat hidup juga semakin kacau. Sebelum itu terjadi, maka segeralah kumpulkan semangat kalian untuk memperbaiki keadaan. Jadikan kegagalan itu sebagai sahabat untuk mengubah kehidupan ini menjadi lebih baik lagi.

KEBERHASILAN SESEORANG ADALAH PRODUK DARI SEBUAH KEGAGALAN. Maka dari itu, sebuah kegagalan sebenarnya adalah suatu hal yang kita butuhkan.

DAFTAR PUSTAKA

https://id.wikipedia.org/wiki/Stres

https://lifestyle.kompas.com/read/2012/05/12/1007496/Kalahkan.5.Sikap.Penyebab.Kegagalan?page=all

https://pijarpsikologi.org/kita-adalah-korban-kehidupan-tapi-mau-sampai-kapan/

https://id.wikihow.com/Mengenal-Diri-Sendiri

https://www.idntimes.com/life/inspiration/daysdesy/5-alasan-kenapa-mimpi-sering-disebut-sebagai-modal-utama-untuk-sukses-c1c2-1/full

http://www.sipolos.com/menjadi-apa-yang-kita-percayai/

https://www.fimela.com/lifestyle-relationship

Dr. Peale, Norman Vincent. 2004. *Kiat Mempertahankan Prinsip Hidup dan Berpikir Positif*. Yogyakarta : Penerbit Media Abadi

Tjhia, William & Carrin. 2018. *Nol*. Jakarta : Transmediapustaka

TENTANG PENULIS

Kinanti Linda Rahayu, dengan nama pena Kinar itulah namaku. Perempuan yang lahir 1 September 1988. Tidak memiliki satu hobi pasti dalam hidupnya, akan tetapi sangat menyukai hal-hal yang romantis dan memotivasi. Baik itu berupa buku, kado, atau sharring.

Buku pertamaku yang alhamdulillah sudah diterbitkan oleh Anak Hebat Indonesia yang memberikan banyak hal baik kepadaku, sehingga membuat aku bersemangat lagi untuk terus berkarya dengan menulis. Satu hal yang aku sukai dari menulis adalah, dengan menulis ini aku bisa meninggalkan jejak dimana jika aku sudah tidak ada lagi. (hahaha, pikiran yang terlalu jauh) Tapi sungguh itu sangat memotivasiku, karena dengan menulis dan memiliki sebuah karya, aku merasa bisa banyak membantu orang lain, meski tidak secara langsung.

Untuk itu, melalui buku keduaku ini juga. Semoga bisa membantu kalian lebih semangat menjalani kehidupan yang indah ini. Kalian juga bisa jumpai aku di akun media sosialku Instagram @diarykinar. See you there… :)

KATALOG BUKU SELF IMPROVEMENT KAMI LAINNYA:

Judul Buku	Pengarang
EMOSI: Sebuah Terapi	Aloysius Germia Dinora
SUCCESS IS ABOUT GIVING: Memberilah Maka Kamu Akan Sukses	Era Findiani
HIGH TECH HIGH IMPACT: Menyelisik Pengaruh Teknologi Bagi Anak-anak	Windi Astriningrum
CARA AMPUH MENJADI PRIBADI YANG DITERIMA & DISUKAI DIMANAPUN DAN KAPANPUN	Restia Ningrum
BERDAMAI DENGAN EMOSI: Kenali Emosi Hadapi Hidup	Asti Musman
2 MENIT MEMBACA PIKIRAN ORANG LANGSUNG BISA! (REBORN)	Bayu W A
BUKU PINTAR MEMBACA KARAKTER LEWAT TULISAN TANGAN	Harfi Muthia Rahmi, S.Psi, M.Psi
CARA AMPUH MELATIH KEBIASAAN POSITIF	Asti Musman
Mendeteksi Kebohongan dengan Gesture dan Mikroekspresi	Tri Asturi
MENJADI PEMIMPIN EFEKTIF	Nia Tjiptono
THE ART OF LISTENING: Sudahkah Anda Benar-Benar Mendengarkan?	Mutia Sayekti
72 TRIK MEMBACA KARAKTER	Alfi Arifian et. al

STRATEGI KEPEMIMPINAN, BISNIS, PEMASARAN & KEHIDUPAN SEHARI-HARI ALA SUN TZU	Asti Musman
RANGKAIAN NAMA BAYI ISLAMI	Sry Ratna Dewi
THE BOOK OF KARMA: Apa yang kita tabur akan kita tuai kembali	Romie Priyastama
10 HABITS OF LIVING EFFECTIVELY	Dzul Fahmi
BUKU SAKTI TES BUTA WARNA UNTUK SEMUA KEPERLUAN	Janat Tajri
HOW TO BE A GOOD LISTENER: Bahwa Ternyata Mendengarkan Itu Ada Seninya	Renata Ruliyadi
KETAHUI SKOR CINTAMU: Seberapa Dalam Cintanya Untuk Dirimu	Jasmine Asyahida
KETAHUI KARAKTER, SIFAT, & KEBIASAAN ORANG LEWAT GOLONGAN DARAH	Harfi Muthia Rahmi, S.Psi, M.Psi
FOCUS 5.0 : Jika Anda Mengejar Dua Layang-Layang yang Putus, Anda Tidak Akan Mendapatkan Keduanya	Asti Musman
GIMANA CARANYA AGAR SEMUA ORANG MAU BERTEMAN SAMA GUE	Irfan Suryana
SWIM OR SINK: Mau Ikut Arus atau Menjadi Diri Sendiri?	Irfan Suryana
BACA BUKU INI SAAT ENGKAU LELAH: Sesungguhya Berpura-pura Bahagia itu Melelahkan	Munita Yeni